

职业教育改革创新教材 公共基础课系列

大学生安全教育

宋志伟 陈建军 主　编
刘常兴 杨首乐 郭晓辉 副主编

清华大学出版社

职业教育改革创新教材——公共基础课系列

大学生安全教育

宋志伟　陈建军　主编
刘常兴　杨首乐　郭晓辉　副主编

清华大学出版社
北　京

内 容 简 介

本书主要介绍涉及高职学生的校园公共安全、日常生活安全、人际交往安全、交通出行安全、饮食卫生安全、网络信息安全、体育活动安全、心理健康安全、自然灾害预防、就业创业安全等与学生学习生活息息相关的安全知识及预防措施。通过学习本书，高职高专学生能够提高安全意识，更加热爱生活、珍惜生命，以及具备自我保护、自我救助的能力。

本书适合高职高专学生作为安全教育教材使用，也可供社会一般读者阅读参考。

图书在版编目（CIP）数据

大学生安全教育 / 宋志伟，陈建军主编 . — 北京：清华大学出版社，2020.7
职业教育改革创新教材 . 公共基础课系列
ISBN 978-7-302-52235-5

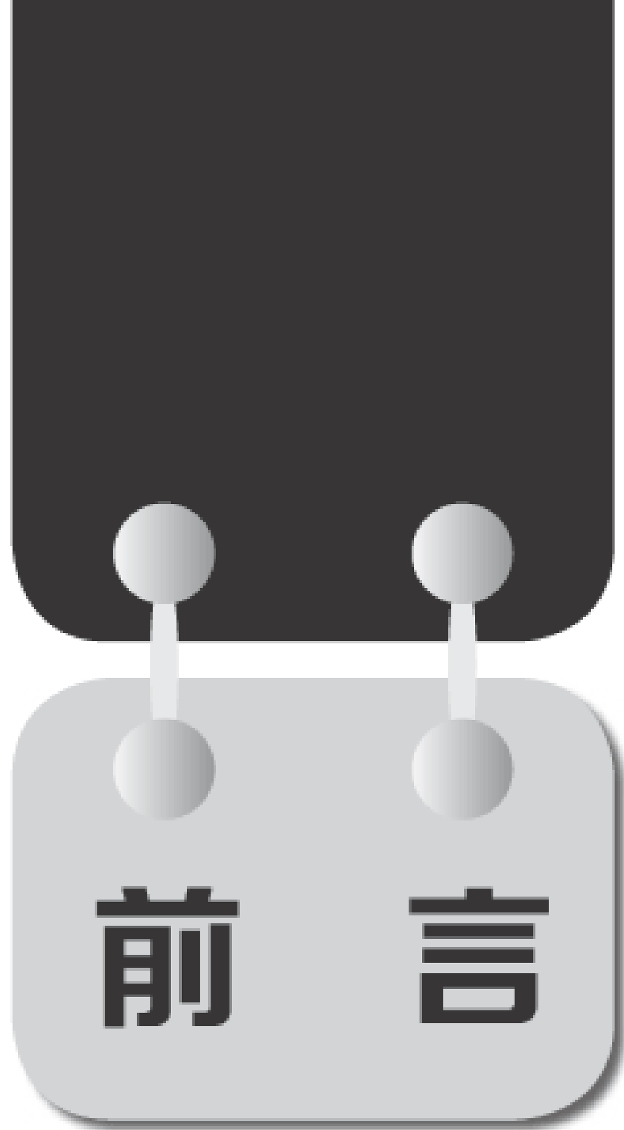
Ⅰ. ①大…　Ⅱ. ①宋… ②陈…　Ⅲ. ①大学生 – 安全 – 教育 – 高等职业教育 – 教材　Ⅳ. ① G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2019）第 018390 号

责任编辑：刘士平
封面设计：傅瑞学
责任校对：赵琳爽
责任印制：宋　林

出版发行：清华大学出版社
　　网　　址：http://www.tup.com.cn, http://www.wqbook.com
　　地　　址：北京清华大学学研大厦 A 座　　**邮　　编：**100084
　　社 总 机：010-62770175　　**邮　　购：**010-62786544
　　投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn
　　质量反馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn
印 装 者：三河市宏图印务有限公司
经　　销：全国新华书店
开　　本：185mm × 260mm　　**印　　张：**14.25　　**字　　数：**311 千字
版　　次：2020 年 7 月第 1 版　　**印　　次：**2020 年 7 月第 1 次印刷
定　　价：38.00 元

产品编号：074567-01



前　言

大学是人们追求知识、完善自我、实现理想的殿堂，是人们心目中的一片净土。校园需要文明的环境和良好的秩序，对安全和稳定有很高的要求。安全是人生理需求之外的最大需求，人无论处于生命的哪个阶段，都要考虑安全问题；安全是人的生命保障，健康之本；安全伴随着幸福，安全创造着财富，学习安全知识会使大学生终身受益。“生命财产高于一切，安全责任重于泰山。”做好大学生安全知识教育，是大学生顺利完成学业的安全保障，是落实以人为本科学发展观的重要体现，是保持社会和谐稳定的重要环节。

正是基于以上认识，我们编写了本书，既希望全社会，特别是学校、家庭，进一步关注大学生的身心安全，为他们的健康成长创设良好的环境，更希望大学生热爱生活、珍惜生命，增强自我保护、自我救助的意识和能力。

为了让生命之花不再夭折，为了让温馨的家庭远离遗憾，为了让美丽的校园更加平安和谐，本书从校园安全无小事、教学活动安全、人际交往安全、课外活动安全、校园公共安全、交通出行安全、网络信息安全、就业创业安全、疾病预防与救护、自然灾害预防与救护等方面入手，以了解安全知识为基础，以学会预防知识为重点，以掌握救助技能为目标，使大学生免除不法侵害，让大学生对生命有一个全新的认识，对安全事故危害有一套科学的安全防范措施，为社会、为家庭、为自己负起一份责任。

为方便教师教学，单元体例按照“身边案例、安全思考”结构编写，以例引理，并汇集了大学生生命安全教育过程中的一些经验，以“温馨提示”“经验推介”栏目出现，力求生动有趣、通俗易懂，既融合知识性和专业性，又体现趣味性与可读性。同时又为教师如何开展安全教育主题活动提供帮助，既考虑典型性和教育性，又突出系统性和可操作性。

俗话说：“无恙即富，平安是福。”我们衷心祝愿：每所学校都能充分利用好这本书，让安全教育成为学校教育的重要内容；每个家庭都能自觉细读这本书，让安全意识融入家庭生活的旋律；每个学生都重视安全技能学习，时时拥有健康和幸福。

唯其如此，教育甚幸，家庭甚幸，学生甚幸！

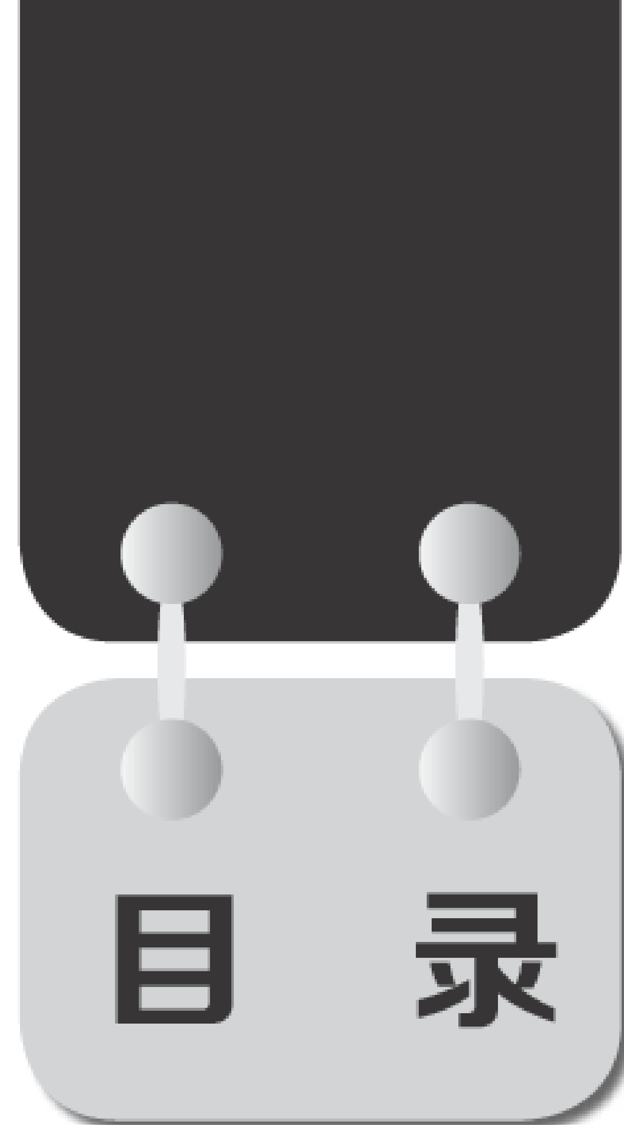
本书由宋志伟、陈建军担任主编并统稿，刘常兴、杨首乐、郭晓辉担任副主编，参加编写人员还有樊云阁、李琳、赵亚萌等。

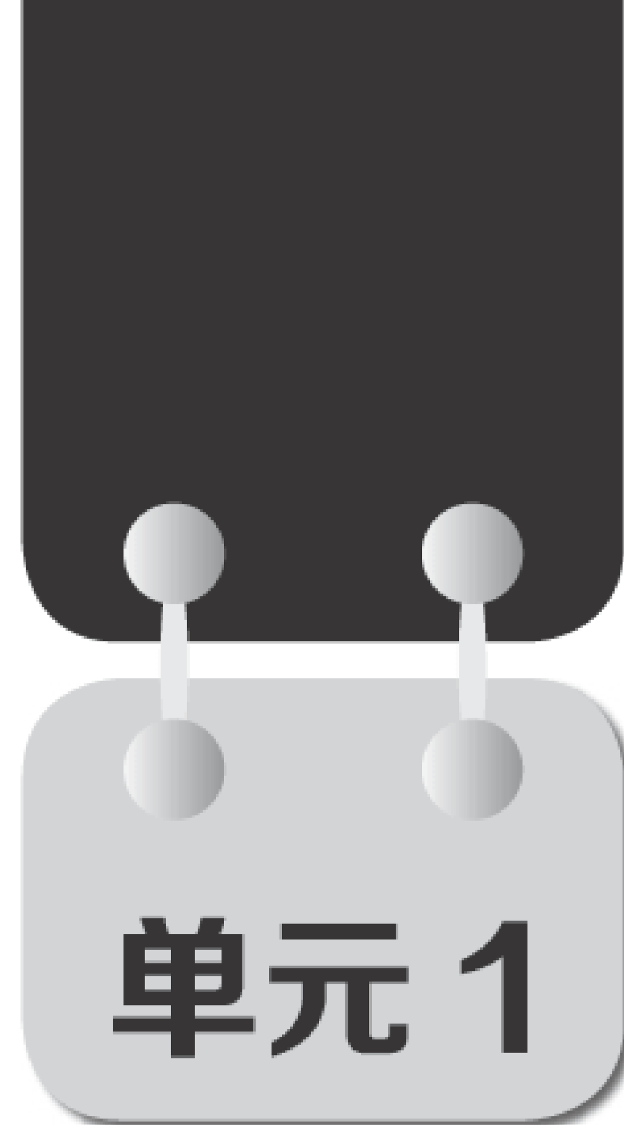
本书在编写过程中参阅了大量文献资料，在此，向文献的作者表示衷心感谢！

由于编者水平有限，书中不足之处在所难免，恳请读者批评指正，以便今后修改完善。

编　者

2020 年 4 月


目 录



校园安全无小事

大学校园是人才成长的摇篮，是人们心目中的一片净土。校园需要文明的环境和良好的秩序，对安全和稳定提出很高的要求。在人们以往的认识中，总把大学视为一个非常安全的地方，那里充满了欢声笑语，是一座洋溢着知识与智慧、安详与神圣的象牙塔。然而，随着社会的发展，今日的大学校园及其周边环境比较复杂，大学校园也并不是一个只闻朗朗书声的世外桃源，而是一个开放的小社会，各种安全问题、治安问题越来越多……



1.1 安全隐患早知道

近年来，校园安全事故频频发生，有的学生上学后失踪；有的学生从几十层高的楼上跳下,朝气蓬勃的生命瞬间消逝；有的学生在食用了中标餐饮企业的“营养餐”后，出现呕吐、腹泻、头晕等疑似食物中毒症状；有的学生参加体育课时，晕倒死亡；有的学生在放学回家途中遭遇车祸……

我们先来看看近几年发生在大学校园的各种安全事故。

案例 1：设施事故 2013 年 4 月 10 日，井冈山大学教育学院一学生打篮球上篮时被篮球架砸中，生命垂危，120 赶到现场抢救时，已无生命体征（见图 1-1）。



图 1-1 井冈山大学倒塌的篮球架

案例 2：中毒事故 2013 年 4 月 15 日 22 时 13 分，复旦大学官方微博发布通报称，该校一医科在读研究生黄洋遭室友投毒于 16 日 15 时 23 分抢救无效去世。

案例 3：消防事故 2013 年 5 月 9 日 3 时，北京化工大学一宿舍楼的四层男厕所起火，烟雾弥漫到各个楼层。起火原因是有学生将未熄灭的烟头扔到厕所杂物中，从而引发火情。

案例 4：触电事故 2014 年 9 月 28 日 6 时 40 分，西双版纳职业技术学院宿管员发现有一人挂在金棕榈大酒店与该院交界的围栏上，随后通知学校保卫科向公安机关报警。经法医确认，挂在护栏上的人员已死亡，死者为该校在读女生。

案例 5：电信诈骗 2016 年 8 月 19 日，即将上大学的山东临沂女孩徐玉玉接到了一个 171 开头的电话，电话另一端自称是教育局的，有一笔助学金可以发给徐玉玉。而在徐玉玉按照要求将 9900 元钱汇给对方账户后才发现自己被骗。当晚，徐玉玉在报案回家途中心脏骤停，经医院抢救无效不幸去世。

案例 6：网络诈骗　2013 年 4 月，四川大学商学院大一学生 A 同学在淘宝上购物后，收到 QQ 消息的加好友提示，便同意将对方加为好友。对方自称是店家，声称货物有瑕疵，需核实信息以便退款，A 同学不假思索地配合“店家”。首先收到“验证是否为本人操作”的验证码（其本质是淘宝账号的修改密码验证码），得到验证码后的“店家”修改了 A 同学的账号密码（导致 A 同学不能登录淘宝账号），同时掌握了其用户信息，并通过所得到的信息，取得 A 同学的信任；然后 A 同学在“店家”的频频引诱下输入了银行账号，并在支付宝的备注里输入了银行密码，当“店家”询问其卡上余额时，A 同学微有纳闷，但仍未怀疑；当收到银行的验证信息“尾号为 ××× 的卡将支出 ××× 元”时，A 同学略有迟疑，在反问对方未成功和压力式“逼问”下，A 同学一烦躁便将验证码脱口而出。最后，A 同学银行卡被扣除 800 元，仅剩 20 多元零头。

案例 7：实验室事故　2016 年 1 月 10 日，北京化工大学科技大厦一化学实验室冰箱起火。现场有明火，并伴随黑烟。实验室工作人员称，起火时实验室内无人，冰箱内存有有机化学试剂，“燃烧不会产生有毒物”。朝阳区亚运村消防中队接警后，很快灭火，无人伤亡，事故原因仍在调查中。

案例 8：心理健康安全事故　2009 年 2 月 23 日，天空中飘起雨雪。威县固献乡刘河北寨村的刘尚云家，凌乱而冷清。全家每个人的脸上都布满愁容，而刘尚云的爱人因为哀伤过度已病倒在床上，不时发出撕心裂肺的呻吟。原本这是个幸福的家庭，悲剧来自不久前女儿刘伟的自杀。在石家庄学院上大三的女儿刘伟今年即将面临毕业，这个春节她都没顾上回家和家人团聚，一直在为就业而四处奔波和焦虑着……而家人再次见到她时竟然已是“阴阳两隔”了。“感觉好累，好累……每天都感觉不到生活的美好，看不到未来和希望……总是没有信心，没有目标，过一天算一天，不知道前方的路如何，就这样消极地度日……再这样下去，不知道将是什么样的恶果。”这是刘伟生前最后一篇日记中记录的心灵感受。

一幕幕惨剧，一场场纠纷，让人们扼腕叹息的同时，留给人们更多的是思考：我们的学校，该进行哪些安全、心理的教育，让学生脆弱的生命能够坚韧起来？我们的社会，应该采取怎样的切实措施，护佑未成年人健康快乐成长？

1. 大学校园安全管理面临新难题

我国高等教育事业快速发展的同时，高等学校学生管理工作也面临着许多新问题和新挑战：办学规模扩张、多校区办学、后勤服务社会化、学生安全整体素质下降等。

（1）高校扩招加大了安全管理的工作量。不少高校的在校生人数从 20 世纪 80 年代的三四千人到 21 世纪的超过万人，有的甚至超过 5 万人。随着学生数量的成倍激增，带来的满负荷甚至超负荷运转，极大地增加了校园安全管理的难度。如由于学习场所不再固定而且有限，因争抢图书馆、自习室的座位而发生争执的现象时有发生。有的学生经常到校外网吧“上自习”，产生了安全隐患。高校学生管理队伍的数量与质量在扩招后没有及时跟进，辅导员工作量由原来管理的几十人猛增到三四百人，疲于应付，很难与学生面对面交流与沟通，难以掌握学生的真实思想状况。

（2）多校区办学加大了安全管理的复杂性。随着高等教育的快速发展，多校区办学已成为高校办学的普遍现象，人员大量流动必然增加安全管理的复杂性。由于学生分校区住校，高年级学生对新生的传、帮、带作用大幅削弱。低年级学生在生活、学习上的压力、人际交往上的困难等许多问题都无法得到高年级学生的有效咨询和参照，致使校风、学风难以传递、沉淀。教师乘坐校车来去匆匆，不利于形成亲密融洽的师生关系。很多高校的新校区建在城郊，基础条件与文化娱乐设施不够完善，也使安全管理任务更加繁重。

（3）后勤服务社会化加大了安全管理的难度。高校后勤服务社会化改革，优化了高等教育的资源配置，改善了学生的生活条件，但也给高校的安全管理工作增加了难度。大学生住宿管理的社会化、餐饮服务的社会化等，使得大学生群体与社会的联系更加密切，但随之带来了社会不良风气的负面影响。同时，由于学生课余生活遵循社会化规则，教师、辅导员对学生的课余生活的关心和管理降低，许多安全问题难以及时发现和解决。

2. 大学生群体已成为安全危机高发人群

很多大学生进入大学前，没有经历过集体生活，在遭遇危机时缺乏应对经验，要么采取极端手段，要么面对伤害不知所措。

（1）针对大学师生的刑事犯罪活动有所增加，恶性案件时有发生。如2003年发生的“2·25”校园餐厅爆炸案件，罪犯为制造轰动效应而选择北京大学、清华大学这样的著名学府作为实施犯罪活动的场所。又如，大学校园及周边也时常发生杀人、抢劫、人身伤害等恶性事件，尽管所占比例不大，但对校园治安形势产生了严重的负面影响，也给社会安定带来了较大危害。

（2）因治安问题引发的不稳定事件时有发生。近年来，大学因劳资纠纷、当事人对治安问题处理结果不满等原因引发多起群体性事件，这类事件从表面上看是一部分人对现实不满，或对学校的管理抱有成见，但是一旦事态扩大，容易成为闹事的导火索，影响和危害校园的安全稳定。另外，大学生之间因矛盾而引发的群体性斗殴事件也已发生多起，在事件的后续处理过程中，还曾出现学生围聚公安机关的群体性事件。

（3）侵害女大学生的案件不断出现。这类案件的作案人员多为校外人员，尤其是无业人员、外来务工人员比较多。

（4）作案手段向高科技、高智能方向转化，网络犯罪上升较快。越来越多的案例显示，网络犯罪的数量越来越多，种类越来越多样化，危害程度越来越大，在一定时期内网络犯罪还会持续增长。许多高校都发生了计算机遭受网络攻击以及网上诈骗、诽谤、恐吓、敲诈等案件。网络犯罪与普通违法犯罪活动的不同之处，不但在于网络犯罪能造成相对更大的经济损失，而且由于其作案领域的虚拟性，实施活动的隐蔽性，使得案件侦破难度加大，容易引发一定的社会恐慌。

（5）心理疾病造成在校大学生轻生和出走人数增多。由于生理疾患、学习和就业压力、情感挫折、经济压力、家庭变故以及不适应周边生活环境等诸多因素，一些大

学生存在一定的心理问题，严重的心态失衡，患上抑郁症、妄想症等心理疾病。近年来，在校大学生轻生事件屡屡发生，每年都有多名大学生自杀身亡，还有个别大学生擅自离校出走，给学校和家庭造成很大的精神压力与负担。

3. 大学生面临的安全问题

大学生与其他社会群体相比，普遍年龄比较小，社会阅历比较浅，自我保护意识与社会协调能力较弱；应对各种安全问题的经验不足，承受问题的能力不强。大学生的安全意识、安全素质和安全技能还有待提高；法律知识有待深化，法治观念需进一步强化。当前，大学生面临的安全问题主要有以下 10 类。

（1）人身安全。人身安全是大学生最重要、最基本的安全，也是社会、学校、家长和学生本人最关注的安全问题。

（2）财产安全。财产安全是大学生学习生活的基础保障，也是最普遍、最多发的安全问题。由于大学生集体生活的特殊性、校园公共空间的开放性和部分大学生防范意识薄弱或社会经验不足，大学生已成为不法分子进行盗窃、诈骗、抢劫抢夺、敲诈勒索等犯罪的重点对象。

（3）防火安全。大学生公寓、宿舍人员密集，易燃易爆物集中，如果不注意用火用电安全，极易引发火灾事故，造成人身和财产的重大损失。特别是当前学生宿舍各类电器日益增多，用电安全不容忽视。

（4）交通安全。随着社会经济的发展，交通飞速发展，交通工具大量增加，车祸现已成为人类的第一杀手。全国近几年死于交通事故人数每年达 10 万人左右，学生因交通事故死亡人数占学生非正常死亡人数的较大比例。

（5）生活安全。大学生在校学习期间，会遇到实习打工安全、体育运动安全、食品卫生安全、传染性疾病预防安全、旅游出行安全、社会交往安全等容易造成大学生人身财产遭受损害的问题。

（6）心理安全。随着社会经济的发展，在校大学生不同程度地存在心理问题和心理障碍，其中有的患有心理疾病，个别人甚至走上轻生的极端，酿成悲剧。大学生心理安全应当引起高度重视。

（7）反恐安全。国际社会中某些组织和个人采用绑架、暗杀、爆炸、劫持、押解人质等恐怖手段企图实现其政治目标或某项具体要求的主张和行动。恐怖主义事件往往给国家和个人的安全带来极大的威胁。

（8）国家安全。目前，我国所面临的国际环境复杂多变，而许多大学生的国家安全意识不强，认识过于狭隘。随着高校改革开放的深入，大学生生活空间大大扩展，交流领域不断拓宽；同时随着经济全球化和信息网络化的进程不断推进，注重国家安全意识的培养、增强国家安全观念已经日益成为高校学生素质教育的重要内容。

（9）公共突发事件中的安全。大学生参加各种各样的公共活动越来越多。例如，观看体育比赛易引起球场骚动；商场、娱乐等场所易出现火灾或踩踏等事件。

（10）违法犯罪。极少数大学生参与违法犯罪，受到了司法机关的处理，部分学生

因此丧失了学籍。大学生犯罪主要涉及的类型：一是财产型犯罪，如盗窃、诈骗、抢劫等；二是暴力型犯罪，如故意杀人、故意伤害、性犯罪等；三是高科技、高智能型犯罪，如利用网络犯罪、侵犯知识产权犯罪等。

1.2 安全意识要树立

当刚入校的新生还沉浸在喜悦之中，忽然发现刚从家中带来的物品、生活费不翼而飞；当文静漂亮的女生正在校园散步，突然遇到异性的无休止纠缠；当你高高兴兴从学校毕业，通过介绍去新单位报到，却在旅途中受骗；有的到了新工作单位，才发现上当受骗……这些事情有的看起来不大，但是如果缺乏必要的预防与应对措施，小事可能变大事，甚至引发事端或重大事故，给个人、家庭、学校带来痛苦。因此，要提高安全意识，充分认识到安全是人的需求中除生理之外的最大需求，也是人们搞好学习和一切工作的基本条件。安全意识也是大学生综合素质的重要内容之一。

没有安全，一切都无从谈起。大学生应树立以下 6 方面的安全意识。

1. 维护国家安全的意识

国家安全是关系到国家存亡的大事，是实现各族人民根本利益之所在。当前，我国面临的环境复杂多变，安全形势不容乐观，主要表现在：境外敌对势力和间谍情报机构为达到分化、西化中国的目的，一方面利用各种渠道，以公开或秘密的方式，传播西方的政治和经济模式、价值观念以及腐朽的生活方式，培养和平演变的“内应力量”；另一方面采取金钱收买、物质利诱、色情勾引、出国担保等手段，或打着学术交流、参观访问、洽谈业务等幌子，刺探、套取、收买国家和单位的秘密。大学生对国家安全还停留在军事、战争、国防、领土、情报、间谍这样一些传统的、局部的认识上。当前，国家安全既包括国土安全、主权安全、政治安全、经济安全、国防安全、国民安全等传统内容，也包括文化安全、科技安全、金融安全、信息安全等新内容。因此，大学生在思想上、认识上要全方位理解国家安全，增强国家安全意识。

2. 对社会治安形势和校园安全状况的认知意识

当前，我国正处在社会主义市场经济体制逐步完善的历史时期，政治、经济、文化、社会生活等各个领域正在发生巨大而深刻的变化。利益的调整、观念的冲击、改革的阵痛、使各种社会矛盾和社会焦点问题不断增多，刑事犯罪活动呈增多之势，犯罪手段暴力化、方式组织化。近年来，爆炸、杀人、抢劫、绑架等暴力性犯罪十分突出，黑恶势力犯罪的危害非常严重，对人民群众的生命财产安全构成极大的威胁。而当今校园几乎完全融入社会，受社会治安形势的影响，校园犯罪也与社会同步，犯罪种类多样化，安全形势同样严峻。

3. 主动的自我防范意识

社会治安形势的严峻和校园现实的安全状况，要求每个大学生必须有主动的自我防范意识。无论在日常生活中，还是在社会交往、处理社会事务、外出活动中，首先要考虑到安全，要有自我防范意识，包括防火、防盗、防抢劫、防性骚扰和性侵害、防食品中毒、防交通事故、防诈骗等；要培养自己处理安全问题的能力，掌握涉及社会安全、自身安全等方面的知识和技能，在灾害事故发生时能够采取正确的行动保护自己，采取有效途径减轻灾害事故的危害，包括火灾逃生、应对暴力、紧急情况下的自我解救等。要学法懂法，学会依法保护自己的合法权益，使国家财产与自己的人身和财产不受侵害。

4. 面对突发事件的应变意识

突发事件一般是指难以预料、突然发生、关系安危的超出常规的特殊情况，具有复杂性、危险性等特点。从“非典”疫情到禽流感，从开县井喷到北京密云游园踩踏事件，从北京大学、清华大学的“2·25”爆炸案到云南大学的马加爵杀死四名同学案……这些突发事件已经活生生地出现在社会生活中。在当前我国各种应急体系、公共服务体系逐步健全的同时，大学生也必须有面对突发情况的应变意识。

5. 遵纪守法的自律意识

遵纪守法是每个公民的义务和行为准则，更是大学生应该具备的意识。大学生具有较高的文化知识，是社会文明的群体代表，更应是遵纪守法的楷模。当前，极少数学生法治意识淡薄，违法乱纪现象屡有发生，而且随着近年学校办学规模扩大，校园开放，社会化程度增大，校园及人际环境变化，大学生违法、违纪事件呈现上升趋势，如校园中一直较为突出的盗窃、打架、斗殴、聚众赌博以及近几年出现的涉黄涉毒、制造计算机病毒等，甚至行凶杀人都在大学生中发生，不但严重影响学校教学和生活环境，而且危及社会秩序和国家的长治久安。因此，大学生必须严格自律，必须有遵纪守法意识，遵守社会基本准则，依法规范、约束自己的行为。要全面提高自身素质，增强法制观念，自觉遵纪守法，不去侵犯国家、集体的财产和他人的人身、财产安全，不危害社会，不参与违法犯罪活动。

6. 积极应对挫折的健康心理意识

挫折是大学生成长中不容忽视的问题。大学生在学习、生活、健康、人际关系等方面均不可避免地面临着各种挫折，它影响着大学生的社会化进程及其身心的健康发展。因此，大学生在遭遇挫折时要具备积极应对挫折的心理意识。

首先，要树立正确的价值观。冷静、客观地认识挫折、分析挫折、克服挫折，有效地控制自己的情感，提高分析问题和解决问题的能力。在学习、工作和生活中方向明确，目标专一，无论遇到什么困难，都要坚持正确的价值导向，心胸开阔，朝气蓬勃，健康成长。

其次，要培养健康的心理品质和心理承受能力。大学生不会永远待在学校这座象牙塔中，迟早要走入社会。而社会与学校相比，生活环境、工作条件、人际关系都会发生很大变化，这些变化难免会使那些心存幻想、踌躇满志的毕业生产生较大的心理上的反差和强烈的冲突。这时，健康的心理品质和心理承受能力是第一位的。只有形成健康的心理品质和心理承受能力，使自己在心理意识上与外部环境取得认同，才能正确对待社会的复杂性、多样性，消除自己在认知社会过程中的心理异常现象，促进认知结构各要素间关系相互协调发展，自我调节心态，克服心理障碍，提高意志行为水平，避免情绪的极端化。

1.3 安全教育要常抓

大学生社会阅历较浅，独立生活能力较差，缺少对社会复杂性的认知，缺乏必要的安全知识，在复杂的违法犯罪和不断增多的安全事故面前，缺乏应对能力，以致屡屡发生被盗、被抢、被骗、被侵害和被伤害的案件与事故，影响和损害了大学生个人财产安全、身体健康和生命安全。

1. 大学生应掌握的安全知识

大学生要通过学习和社会实践，掌握以下几方面的安全知识。

（1）维护国家安全、保守国家秘密、维护校园稳定的知识。大学生应当了解国家相关法律、法规的基本内容以及维护国家安全、保守国家秘密、维护校园稳定、构建和谐校园、外事纪律、涉外安全等方面的知识。

（2）应对突发事件的知识。包括公共突发事件的类型及应对方法等方面的知识。

（3）防范火灾、交通事故的知识。包括火灾事故产生的原因和条件，火灾的预防，初始火灾的扑灭，火灾报警，灭火器的种类、用途、使用方法和火灾中的逃生方法；与大学生有关的交通事故的主要类型和教训，行人、骑车、机动车驾驶人应遵守的交通法规，发生交通事故的处置等方面的知识。

（4）维护人身财产安全方面的知识。包括防凶杀、防事故伤害、防盗、防抢夺、防抢劫、防诈骗以及人身财产被伤害或被侵害后如何处置等方面的知识。

（5）科学使用网络安全方面的知识。包括网上交友安全，抵御不良信息侵害，上网的生理、心理安全以及预防网络违法犯罪等方面的知识。

（6）保障教学安全方面的知识。包括实验、实习、社会实践和体育运动等方面的知识。

（7）心理安全方面的知识。包括不健康的心理表现和原因以及预防心理问题等方面的知识。

（8）预防大学生违法犯罪方面的知识。包括大学生违法犯罪的主要形式和原因以及大学生违反学校纪律的主要表现和原因等方面的知识。

（9）日常生活中的安全知识。包括办理户口、身份证、暂住证等手续，预防传染病、食物中毒和旅游、登山安全，发生案件、事故和疾病的报警求助以及人身保险等方面的知识。

2. 大学生常见的安全事故

在校园内外发生的学生意外伤害事故多种多样，但总体来看，还是有一定规律可循的，只要平时加以注意，很多事故是可以避免的。大学生应提高警惕，加强自身修养，针对自己的实际情况，养成良好的安全习惯，积极预防和应对以下各种常见事故。

（1）人身伤害。主要有交通事故、火灾等。

一是交通事故。主要有大学生乘坐没有交通运输资质的交通工具发生意外事故；乘坐没有取得驾驶证的人员驾驶的机动车辆；大学生外出注意力不集中闯红灯导致交通事故；大学生无证驾驶机动车辆发生事故。

二是溺水。主要是指大学生私自外出到浴场、水库、河流、湖泊等游泳导致溺水，或在寒冷地区溜冰落水。

三是踩踏。主要是指大学生在教学楼、宿舍楼等狭窄通道因恶作剧、做怪声或不慎跌倒、发生拥挤而导致意外受伤。

四是火灾。主要有两类：大学生在宿舍违规使用酒精炉、大功率电器、点蜡烛引发火灾；大学生私自外出租赁民房取暖或使用煤气、天然气不当引发火灾。

五是电险。主要是大学生在宿舍违规用电引发火灾，或乱拉电线或不按规程操作导致触电。

六是摔伤、割伤、砸伤。摔伤主要有大学生外出爬山或探险从高处跌落；大学生夜间外出跌落古井或深沟；夜间睡觉从上铺跌落摔伤；大学生翻越栅栏被铁栏杆划伤，或不慎撞破标志不明显的玻璃门被割伤。砸伤主要有被雨后坍塌的高墙砸伤；被高空坠物砸伤；恶劣天气外出被广告牌等砸伤。

七是体育课受伤。主要有喜欢剧烈对抗体育活动的大学生在各类比赛中因对抗极易发生骨折、扭伤；在田径项目中标枪刺伤、铁器砸伤；长跑或极限运动导致猝死。

八是实验室伤害。主要有危险品丢失、处置不当；不按操作规程引发的爆炸、火灾、化学烧伤；废物处理不当造成污染。

九是食物中毒。大学生因在小摊、小贩处购买的不洁食品，食堂或饭店卫生条件不够，食用过期或被污染的食品等引发的中毒。

十是性相关事故。主要有大学生用情不专一或介入别人家庭引发矛盾受到伤害；男生对女生实施性骚扰，甚至强奸；女大学生爱慕虚荣，从事陪聊、卖淫等色情服务活动。

十一是自杀事故。大学生因感情、恋爱问题受挫；患忧郁症；因面临学校处分、法律惩罚等压力过大；压力过大、对现实不满等而自杀。

十二是突发公共事件引发的伤害。主要有大学生因敏感日或敏感事件参加游行、示威活动导致受伤；突发公共卫生事件导致染病；发生地震、环境污染等自然或人为灾

害，使大学生遇到危险或引发伤害事故。

（2）财物或学业损失。主要是指被盗、被骗、被抢劫、学业荒废等。

一是被盗、被骗、被抢劫。大学生由于保管不善，随意放置贵重物品被盗；大学生外出途中被小偷偷包。大学生本人被骗钱物；因个人资料泄密或证件被骗造成抵押或支付纠纷；女大学生感情受骗。大学生晚归，在偏僻、无人的地段遭遇抢劫；或在乘坐长途汽车、火车途中遭坏人抢劫；或在面见网友过程中遭人抢劫。

二是隐私被曝。大学生在浴室、宿舍、厕所等隐私场合被坏人偷拍；或大学生个人博客、网络相册被别人盗用，或是存盘资料、录像被盗用或上传网络。

三是学业荒废。大学生因上网成瘾或患忧郁症厌学，导致学业荒废；因急于经商、创业导致学业荒废；因对专业不满失去学习兴趣导致学业荒废。

四是落入打工就业陷阱。主要有中介机构常常利用大学生，尤其是利用外地留校学生急于利用假期打工的心理，无中生有或以“急招”为幌子引诱学生报名，骗取“信息费”“报名费”；大学生往往被要求缴纳押金，或收取身份证、学生证做抵押；找工作被骗而加入传销组织；女同学在应聘家教或文秘时，单独和对方见面遭遇危险。

（3）违法违纪。主要是破坏公物、非法经商、抢劫等。

一是破坏公物。大学生受到学校处分或处理后，为泄私愤打、砸、破坏公物；或盲从别人，如毕业前有些高校发生学生扔、砸物品现象。

二是酗酒。大学生因酗酒，造成酒精中毒，或导致打架、斗殴事件，或因控制力不强造成性侵害事件。

三是出走。大学生因厌学或不及格课程太多，毕业无望而出走；大学生对家长或教师的批评责备接受不了而出走；大学生急于创业，与家人意见不一致而导致出走。

四是非法经商。主要是指大学生不了解相关法律法规，进行违规经营或非法获利等活动。

五是盗窃。大学生在宿舍、教室等校内场所盗窃他人或学校财物；大学生在社会上与坏人勾结盗取公私财物。

六是伤害他人。大学生因感情问题引发矛盾，导致伤害事故；大学生因酗酒、哥们义气打架导致伤害事故；大学生因心理疾病或对社会不满，伤害他人泄私愤。

七是抢劫。大学生因上网、虚荣心等导致花费较大，一时冲动抢劫他人财物；或与社会人员勾结，形成犯罪团伙去抢劫。

八是性侵犯。大学生因恋爱纠纷对女生猥亵或强奸；或因色情信息诱惑对女性进行性侵犯；或从事嫖娼或卖淫等非法活动。

九是替考。大学生在校内考试中自己作弊或替同学考试；或者因利益诱惑在高考等国家考试中充当“枪手”。

十是勒索、诈骗、赌博。大学生绑架他人，勒索钱财；大学生自编自演勒索骗局，欺骗自己父母；大学生冒充中介欺骗同学钱财；利用高考，假称帮助别人上大学而骗取钱财；推销伪劣产品坑害同学；大学生受社会人员引诱参与赌博。

十一是网络犯罪。大学生在网络上散布危害国家安全、侵犯他人隐私的信息；充

当黑客或传播、制造病毒；传播、观看黄色信息。

十二是非法宗教活动。大学生在校园违规传播宗教；参加非法宗教集会。

3. 大学生应学习的法规校规

大学生在校期间，不但要学好现代科学知识、技能、理论，而且要不断提高自身的道德水平和遵纪守法的意识，预防违反犯罪，并运用法律保护好自身合法权益，真正成为心智与人格全面发展的有用之才。

（1）大学生应学习的法律法规。大学生在校期间，应认真学习《中华人民共和国刑法》《中华人民共和国民法通则》《中华人民共和国治安管理处罚法》《中华人民共和国国家安全法》等有关法律法规，真正做到学法、知法、用法，规范自己的行动，学会用法律保护自己的合法权益。

一是《中华人民共和国刑法》。《中华人民共和国刑法》(以下简称《刑法》)共452条，分总则和分则两大篇。总则规定了刑法的任务、基本原则和适用范围，犯罪行为的特征、刑罚的种类、刑罚的具体运用等；分则规定了各类犯罪行为的构成、罪名和刑罚的具体适用标准等。

二是《中华人民共和国民法通则》。《中华人民共和国民法通则》(以下简称《民法通则》)自1987年1月1日起施行，是为了保障公民、法人的合法的民事权益，正确调整民事关系，适应社会主义现代化建设事业发展的需要，根据宪法和我国实际情况，总结民事活动的实践经验而制定的。《民法通则》调整平等主体的公民之间、法人之间、公民和法人之间的财产关系与人身关系。该法规定了公民（自然人）的民事权利能力和民事行为能力、法人的概念、民事法律行为和代理、民事权利、民事责任、诉讼时效等内容。

三是《中华人民共和国治安管理处罚法》。《中华人民共和国治安管理处罚法》(以下简称《治安管理处罚法》)是一部系统规范治安管理处罚的实体、程序、执法监督等内容的基本法律。经2005年8月28日第十届全国人民代表大会常务委员会第17次会议通过，2005年8月28日中华人民共和国主席令第38号公布；根据2012年10月26日第十一届全国人民代表大会常务委员会第29次会议通过、2012年10月26日中华人民共和国主席令第67号公布的《全国人民代表大会常务委员会关于修改〈中华人民共和国治安管理处罚法〉的决定》修正。《治安管理处罚法》分总则、处罚的种类和适用、违反治安管理的行为和处罚等6章119条，自2006年3月1日起施行。

四是《中华人民共和国国家安全法》。《中华人民共和国国家安全法》(以下简称《国家安全法》)由1993年2月22日第七届全国人民代表大会常务委员会第30次会议通过，中华人民共和国主席令第68号公布，自公布之日起施行。该法对危害国家安全的行为作了以下规定：任何组织和个人进行危害中华人民共和国国家安全的行为都必须受到法律追究。本法所称危害国家安全的行为是指境外机构、组织、个人实施或者指使、资助他人实施的，或者境内组织、个人与境外机构、组织、个人相勾结实施的下列危害中华人民共和国国家安全的行为：阴谋颠覆政府，分裂国家，推翻社会主义制

度的；参加间谍组织或者接受间谍组织及其代理人的任务的；窃取、刺探、收买、非法提供国家秘密的；策动、勾引、收买国家工作人员叛变的；进行危害国家安全的其他破坏活动的。

五是《中华人民共和国保守国家秘密法》。《中华人民共和国保守国家秘密法》(以下简称《保密法》)由中华人民共和国第十一届全国人民代表大会常务委员会第14次会议于2010年4月29日修订通过，自2010年10月1日起施行。违反本法规定，依法给予处分；构成犯罪的，依法追究刑事责任。

六是《中华人民共和国网络安全法》。《中华人民共和国网络安全法》是为保障网络安全，维护网络空间主权和国家安全、社会公共利益，保护公民、法人和其他组织的合法权益，促进经济社会信息化健康发展而制定的。由全国人民代表大会常务委员会于2016年11月7日发布，自2017年6月1日起施行。分别对网络安全支持与促进、网络运行安全、一般规定、关键信息基础设施的运行安全、网络信息安全、监测预警与应急处置、法律责任等内容做出了具体规定，违反本法规定，依法给予处分；构成犯罪的，依法追究刑事责任。

(2)学习与创业密切相关的法律。一是企业设立、组织、解散依据的法律，如公司法、合伙企业法、个人独资企业法、公司登记管理条例、中小企业促进法、企业管理条例、企业破产法等。二是规范企业市场交易的法律，包括合同法、担保法、产品质量法、反不正当竞争法、反垄断法、广告法、消费者权益保护法、票据法等。三是劳动关系相关法律，如劳动法、劳动合同法、就业促进法、社会保险费征缴暂行条例、社会保险登记管理暂行办法、工伤保险条例、最低工资规定等。四是知识产权相关法律，如著作权法、商标法、专利法、信息网络传播保护条例、计算机软件保护条例等。五是国家宏观调控相关法律，如环境保护法、对外贸易法、税法、投资法、金融法、企业所得税暂行条例、增值税暂行条例等。

(3)积极了解创业优惠政策。大学生应了解高科技园区、开发区、软件园区等方面的法规、规章和有关地方规定，合理选择创业地点，享受优惠政策。

4. 大学生要学会保障自己的合法权益

公民需要了解自身应有的各种权利，培养自觉运用法律维护自身和他人的合法权益，同时享受大学生作为一个特殊群体的特殊权益。

(1)大学生享有的权利。教育部《普通高等学校学生管理规定》明确了学生在校期间依法享有以下权利：参加学校教育教学计划安排的各项活动，使用学校提供的教育教学资源；参加社会服务、勤工助学，在校内组织、参加学生团体及文娱体育等活动；申请奖学金、助学金及助学贷款；在思想品德、学业成绩等方面获得公正评价，完成学校规定学业后获得相应的学历证书、学位证书；对学校给予的处分或者处理有异议，向学校或者教育行政部门提出申诉；对学校、教职员工侵犯其人身权、财产权等合法权益，提出申诉或者依法提起诉讼；法律、法规规定的其他权利。概括起来可分为以下几类：教学设施使用权、知情权、学业选择权、监督权、受奖励资助权、职业发展权、申诉权、

隐私权等。

（2）诉讼法所规定的相关权利。一是《中华人民共和国刑事诉讼法》中关于诉讼参与人、辩护与代理、刑事证据制度、强制措施和附带民事诉讼以及刑事诉讼的五大阶段（立案、侦查、起诉、审判、执行）。二是《中华人民共和国民事诉讼法》中的当事人行使诉讼权利和《民法通则》中的诉讼时效等。

（3）大学生的正当防卫。《刑法》第二十条第一款规定，为了使国家、公共利益、本人或者他人的人身、财产和其他权利免受正在进行的不法侵害，而采取的制止不法侵害的行为，对不法侵害人造成损害的，属于正当防卫，不负刑事责任。

5. 大学生应当遵守校纪校规

大学生进入大学后，一定要对自己所在学校的学生手册进行学习，并严格遵守学校的纪律要求，规范自己的行为。主要应学习以下内容：教育部《普通高等学校学生管理规定》、教育部《高等学校校园秩序管理若干规定》、教育部《普通高等学校学生安全教育及管理规定》、教育部《关于切实加强高校学生住宿管理的通知》等。以及各高校自己制定的管理文件，主要有行为规范、学籍学位、公共秩序、权益保障、资困助学、安全管理、就业和社会实践、思想引导等方面的规章制度。

6. 积极预防大学生犯罪

预防大学生犯罪是一项系统工程，需要调动社会各种积极因素和可能的力量，采取教育、行政和法律等综合手段，提高大学生的个体思想道德修养和法制观念，建立健全各种规章制度，群防群治、齐抓共管，形成良好的社会环境，有效做好大学生违法犯罪的预防工作。

（1）引导大学生正确认知社会，树立正确的人生观、价值观。大学生要树立积极、健康向上的人格，坚定正确的人生信念；学会正确地认知自我，认知社会，做到遇事冷静分析、辩证思考，在每一件小事中，积累与提高自己的道德修养、思想政治修养，树立正确的人生观。

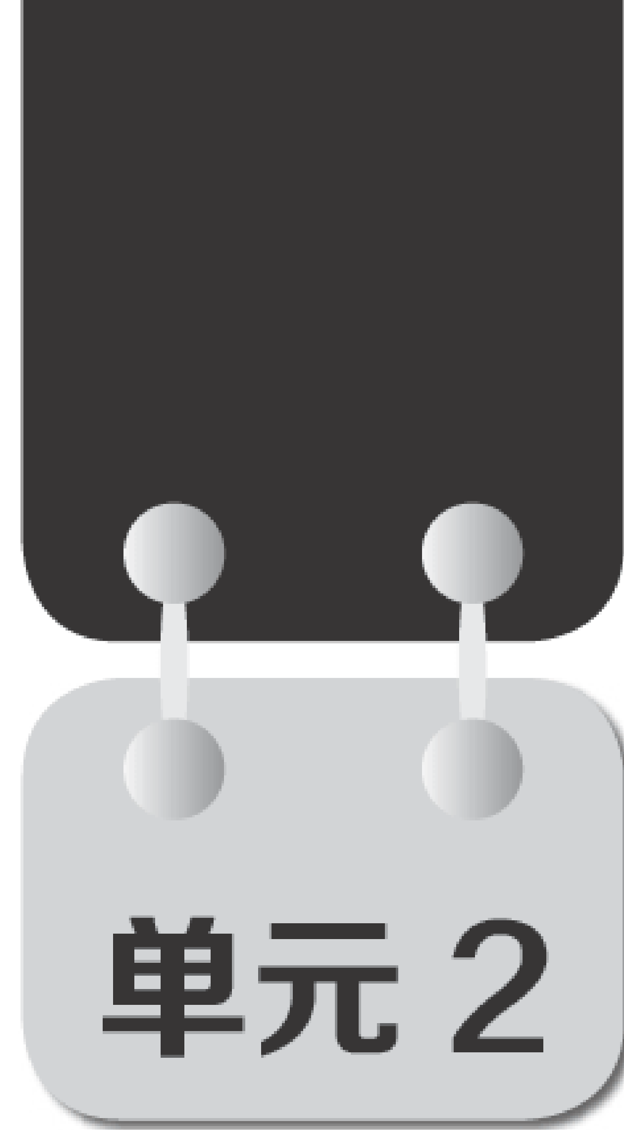
（2）开展良好的心理教育。大学生要自觉接受各种心理教育，正确认知两性、婚姻、事业、就业等问题，放弃偏激和自卑心理，积极对待生活，使自己的心理常常处于轻松愉快之中。对于一些性格内向、家庭困难的学生，学校要特别留意，要给予鼓励与照顾，全方位、多层次地提高大学生承受和应对挫折的能力，正确引导大学生建立和谐的人际关系，帮助大学生形成健康向上的心理。

（3）自觉接受法治教育。大学生要正确认知自我、认知社会，树立正确的人生方向和追求目标，及时接受法治教育，进一步增强公德意识和法律意识。

（4）营造和谐的社会氛围。全社会要贯彻落实“教育、感化、挽救”的方针，积极挽救犯罪的大学生。一方面，要杜绝违法分子诱导、教唆大学生从事违法犯罪活动；另一方面，要对一些大学生违法犯罪事件持有包容的心态，以“教育为主，惩罚为辅”的原则，鼓励一些一时糊涂而又能积极改造的大学生早日回归社会。

（5）创造良好的家庭环境。家庭是社会的基本单位，家庭对大学生的健康成长负有重要的责任。在家庭生活中，每个成员通过良好的言行举止，相互影响，共同提高，形成良好家风，对大学生健康成长是至关重要的。

（6）建设平安校园。学校是大学生学习、生活的日常场所，预防大学生犯罪必须保证良好的校园安全环境。因此，建设平安校园，必须坚持遵循教育发展规律，以学校为主体，以服务师生为宗旨，紧密结合教育改革、发展和稳定的实际，加强服务与管理、治理与建设的结合；在操作措施中要坚持以安全法制和安全责任制为制度基础，以科学技术为支撑，不断提升人防、物防、技防的水平，切实维护学校正常教育教学和良好的学校周边治安、交通、文化、市容、卫生等秩序，保障师生生命财产安全，积极营造安全、稳定、文明、健康的育人环境。



教学活动安全

金秋九月，带着新奇与梦想，告别了中学时代，我们步入大学校园，开始新的学习与生活。迎接我们的是新的环境、新的老师、新的同学、新的课程、新的学习方式、新的生活方式，必然会给我们带来许多不熟悉、不适应的困惑，会遇到不曾有过的挫折；也必将影响我们的情绪、生活，甚至会影响我们的身心健康，危及生命安全。当学生步入大学校园后，首先会面临军事训练、课堂学习、实验实习、课间活动、社团活动、集体活动等过程，而且这些过程也成为大学阶段的主要活动，因此重视教学活动、课外活动的安全是确保大学生顺利完成学业，走向社会的重要保障。



2.1 军训活动安全

近年来，一些新生军训猝死的新闻频见报端，令人扼腕叹息。前脚刚走过高考独木桥，后脚便踏入了深渊。面对此情此景，逝者亲友的悲恸之情难以言表。除了猝死外，军训中身体不适，或晕厥，或申请休息等情况，也让人忧心忡忡。

● 身边案例

◆ 2016 年 9 月 6 日晚，云南工程职业学院汽车机电学院学生王江凡在操场军训休息期间，起身出现晕倒情况，同班同学立即将其送至校医务室。校医务室医生检查该生身体状况时发现其已深度昏迷，面色发紫，随即对他进行紧急抢救并立即拨打 120 急救电话。救护车到达后，心电图显示王江凡心跳停止。

◆ 2015 年 8 月 27 日，广州市亚加达外语职业技术学校军训时 1 名学生意外死亡。9 月 15 日广东机电职业技术学院军训时 1 名学生猝死。

◆ 2010 年 9 月 10 日，湖北经济学院大一新生徐迅在军训的第一天不幸猝死。18：30，新生们吃罢晚饭后再次开始军训，先是站军姿，10 分钟后，教官开始教唱《团结就是力量》，随后，徐迅被点中出列演唱，由于不记得歌词，他唱了一半后返回队列。入列时，徐迅突然说，头有点晕。接着，他蹲了下来，突然扑倒在地，不省人事。

军训活动作为国防教育的一种形式，是全民国防教育的一个重要组成部分，对大学生而言具有全员性、社会实践性等特点。在军训活动中要做到以下安全预防。

1. 学生体质甄别

由于一些猝死案例的事实存在，军事高强度训练并不适合所有学生。无论学生本人还是学校事前都应开展特殊体质人员的排查工作。大学生应在参训前将自己的病史或特殊体质情况告知学校，以免高强度训练的过程中对身体造成伤害。

◆ 经验推介

广东省对参训学生身体状况进行摸底要求

2015 年，广东省教育厅针对当年发生的 3 起军训事故，发布《关于加强学生军训安全工作的紧急通知》，提出需对所有参训学生身体状况进行摸底等 9 条要求。

第一，学校在实施军训前，需对所有参训学生的身体状况进行摸底（摸底时间、方式、结果等需书面记载），对有严重生理缺陷、残疾或者疾病的学生，应根据实际情况减免不适宜参加的军事技能训练科目。

第二，军训学校须按要求向主管部门报备承训单位，不得自行联系不具备承训资质的单位（场所）进行军训。

第三，军训期间的实弹射击必须有部队官兵在场指导，枪支、子弹保管必须符合规定。

第四，进一步加强军训期间晨检、防暑降温、饮水和饮食卫生安全等各项防控措施检查。

第五，在校外军训的学校，要对交通运输的车辆安全状况、司机身体状况进行摸底，并明确带车负责教师（教官）。

第六，学校和承训单位要根据学生的特点，共同研究和制定军训时间与进度、教学内容和手段，建立健全学生军训安全预案和安全防范措施。

第七，军训过程中如发现教官不能规范施教，或是教学手段简单粗暴，应立即制止并要求承训单位切实加强对教官的教育，严禁打骂学生等问题发生。

第八，学生户外训练时，学校必须安排有现场值班负责人和跟班教师，并切实负起管理责任。

第九，学校应将军事训练教学计划张贴公布，使参训学生对每天的训练内容、训练方式、训练强度清楚了解。

2. 训练安全

军事训练期间，要做到以下几点。

（1）军训工作中，要强调科学施训，做到合理安排、劳逸结合。遇到炎热天气要和承训部队协调沟通，适当调整军训的时间、科目和训练强度，并采取必要的防暑降温措施，避免人员中暑。

（2）学生参训期间应补充水分，以运动饮料、茶水、淡盐水为最佳，不要大量饮用白开水和矿泉水。

（3）军训期间学生体力消耗大应及时补充营养，多吃一些肉类、蛋类，最好多喝一些汤菜类，以补充各种维生素。

（4）军训期间，参训学生大汗淋漓后不要急于喝水，应休息片刻后饮水，也不应立即洗凉水澡。

（5）学生参加训练期间应做好防晒准备，可以在训练前涂抹防晒霜或随身携带并及时涂抹。

（6）军训休息时，参训学生不要追逐、跑跳，以防止产生过多热量或对身体造成意外伤害。

（7）对身体不适的学生要及时组织治疗和休息，减免训练科目和内容。

（8）参训学生应严格执行各项条令、条例和规章制度，加强组织纪律性，一切行动听指挥，做到令行禁止。

（9）军训期间，未经军训团首长批准，任何人不得到校区外活动。严禁到宿舍楼、教学楼顶休息、嬉戏。夜间不得单独外出，活动范围仅限营区范围。

（10）加强对武器弹药和军事装备的使用管理。在持枪训练时，严禁用枪口、枪刺对人和用枪嬉闹、开玩笑。在实弹射击时，严格遵守射击场规定，听从射击指挥员的指挥，射击前后必须校验枪支。射击完毕后，检查清点器材装备，及时收缴剩余弹药。任何人员不得私存弹药，一经发现从重处理。

3. 餐饮安全

学生参加军训期间，体力消耗较大，因此应注意饮食安全。

（1）军训期间，禁止喝生水，严禁购买和食用校外商贩所售的食品，防止传染性疾病的发生、流行。

（2）就餐时应做到一看、二闻、三品尝。如发现有变质、发霉等现象不要进餐，应及时向学校管理部门反映，并保留餐饭样本留存，待有关部门核查后方可用餐。

（3）军训期间学生不要在没有营业执照和卫生许可证的摊贩处购买食物，以免造成食物中毒。

◆ 温馨提示

新生军训食物中毒处理小妙招

军训时正值夏天，不要贪一时凉快过量食用冰冻食品，更不要暴饮暴食。轻度的肠胃问题可以自行吃些肠胃药缓解症状。如果反应剧烈，一定要及时报告教官或辅导员，及时就医。假如出现上吐下泻、腹痛等现象，千万不要惊慌失措，镇静地分析发病的因素，及时采取如下3点应急措施。

（1）催吐。如食物吃下去的时间在一两个小时内，可采取催吐的方法。马上取食盐20克，加开水200毫升，冷却后一次喝下。如不吐，可多喝几次，快速增进呕吐。也可用鲜生姜100克，捣碎取汁用200毫升温水冲服。

（2）导泻。假如患者吃下去中毒的食物时间超过两小时，且精神尚好，则可服用些泻药，促使中毒食物尽快排出体外。

（3）解毒。假如是吃了变质的鱼、虾、蟹等导致的食物中毒，可取食醋100毫升，加水200毫升，稀释后一次服下。

经以上急救，患者的症状仍未见好转，或中毒较重者，应尽快送医院医治。

4. 卫生安全

（1）军训前，对参加军训的学生身体状况进行普查，并建立普查登记表。

（2）凡有不适宜军训的特异体质或者特定疾病的学生，如心脏病、肺病等，不宜参加军训活动，应按照相关规定办理手续。

（3）学生或者监护人知道学生有不适宜参加军训的特异体质，或者患有特殊疾病，必须告知学校。

（4）认真做好疾病防控。学生身体有发病症状要第一时间就医，军训团要根据医生要求采取相应措施，配合医务部门开展好工作。

● **安全思考**

（1）学生参加军训前应做好哪些安全准备？

（2）学生参加军训过程中应注意的安全事项有哪些？

2.2 学业安全

大学生在校期间，经过课程学习、生产实习等环节，经过考试合格，方能完成学业，拿到毕业证。

● **身边案例**

大四学生考试作弊被开除学籍

张成 2009 年考进了江西理工大学。2011 年 2 月 22 日，学校组织学生参加《线性代数》补考，补考过程中，张成请他人代替参加考试，学校给予张成留校察看的处分。2013 年 4 月 19 日，张成在参加《电气控制与可编程控制器》课程清欠考试中夹带资料，后被学校认定为夹带作弊。同年 5 月 10 日，江西理工大学对张成做出开除学籍的处分决定。

处分决定书显示：因该生在《线性代数》课程补考中请他人代替其参加考试，已受到学校留校察看处分，学校还未对其解除留校察看。根据《江西理工大学学生违纪处分规定》（以下称《学生违纪处分规定》）第二十九条规定，张成同学找人替考作弊后再次考试夹带作弊事实清楚，经教务处和学生工作部审核，校领导办公会批准，决定给予张成开除学籍处分。对于这样的“极刑”，张成认为处罚得太重。于是，张成向江西理工大学学生申诉处理委员会进行申诉，申诉处理委员会维持该处分决定。

2013 年 6 月 6 日，张成又向江西省教育厅申诉，同年 7 月 15 日，省教育厅维持了学校对张成同学开除学籍的处分决定。2013 年 8 月，张成一纸诉状将江西理工大学诉至章贡区人民法院，请求法院撤销学校做出的开除学籍处分决定。

2013 年 9 月 24 日，章贡区人民法院经审理后认为，根据《中华人民共和国教育法》的规定，江西理工大学有权对受教育者进行学籍管理、奖励、处分。江西理工大学结合《高校管理规定》等法律法规制定《学生违纪处分规定》并无不当。一审宣判后，张成不服判决，向赣州市中院提出上诉。赣州市中院于 2014 年 4 月 18 日依据有关法律规定，驳回上诉，维持原判。

1. 大学的学业警告

学业警告又称学业警示劝告，是针对学生上一学年修读课程完成情况的一项监控机制。学业警告对于监督学生学业修读，保证学生顺利完成学业，促进学校学风建设，保障教学质量都有积极的作用。学业警告分为学业预警、留级预警和退学预警三个级别。

（1）学业预警。导致学业预警的原因多是学生个人原因（如厌学、痴迷游戏、不参与课堂活动、不完成作业、校外活动过多等）。常见表现是学生不参与课堂活动而被取消考试资格者。一般大学都对学生缺课时数、作业完成情况、实验课程情况、中期考试等做出规定，符合规定才能参加课程考试，取得课程成绩。每所学校对学业预警的课程学分规定略有差异，可参见各自学校的具体要求。一般可到自己学校的教务处网站上查阅。

◆ 经验推介

武汉大学本科生学业预警管理办法（试行）（节选）

第三条　学业预警分为三级，预警程度由低到高依次为一级预警、二级预警、三级预警。学业预警工作按学期进行，每学期开学后4周内由各学院（系）根据学生学业情况，采取相应预警办法。

一级预警：在校学习期间，平均每学期所获得课程学分未达到14学分，或上学期所获得全部课程学分未达到6学分，或考核不合格（含旷考）的必修课程学分累计达到15学分及以上者。预警办法：学院（系）给学生下达《学业预警通知单》，班级导师或学生辅导员与学生谈话，进行警示教育，填写《预警学生谈话记录表》。

二级预警：在校学习期间，平均每学期所获得课程学分未达到12学分，或考核不合格（含旷考）的必修课程学分累计达到20学分及以上者。预警办法：学院（系）给学生下达《学业预警通知单》并通知家长，班级导师或学生辅导员与学生谈话，进行警示教育，并与家长沟通后填写《预警学生谈话记录表》。

三级预警：在校学习期间，平均每学期所获得课程学分未达到10学分，或考核不合格（含旷考）的必修课程学分累计达到25学分者。预警办法：学院（系）给学生下达《学业预警通知单》、学生辅导员与学生谈话后填写《预警学生谈话记录表》、邀请家长面谈并做记录，填写《学业预警家长谈话记录表》。

（2）留级预警。学校对学生实行学业警告制度，每个学校对留级预警的课程学分规定略有差异，需参见各自学校的具体规定。一般可到自己学校的教务处网站上查阅。如有的学校规定：各学期累计不及格课程学分达到20学分以上（含20学分）且门数达到6门以上（含6门），给予降级，编入下一年级管理。

（3）退学预警。退学是最为严重的一种学业警告。每所学校对退学预警的课程学分规定略有差异，需参见各自学校的具体规定。一般可到自己学校的教务处网站上查阅。

◆ **温馨提示**

武汉大学458名学生被学业警告，3名学生被退学

2015年，武汉大学有458名本科生被列入学业预警名单，其中一级预警190人、二级预警117人、三级预警151人，并有3人被退学。据了解，武汉大学2014年制定了《武汉大学本科生学业预警管理办法（试行）》，通过对学生每学期的学习情况进行分析，对可能或已经发生学习问题或完成学业困难的学生进行警示，并有针对性地采取相应补救和帮扶措施，帮助学生完成学业。学生在警示期按所修专业、所在年级的正常教学进度，完成所有课程学习或所有必修课程的未获学分累计低于6学分，即会解除警示。如经过预警教育仍不能按所修专业、所在年级的正常教学进度完成学习任务，将予以退学。

教育部《普通高等学校学生管理规定》（2017年教育部第41号令）也明确规定："学生有下列情形之一，学校可予退学处理：学业成绩未达到学校要求或者在学校规定的学习年限内未完成学业的；休学、保留学籍期满，在学校规定期限内未提出复学申请或者申请复学经复查不合格的；根据学校指定医院诊断，患有疾病或者意外伤残不能继续在校学习的；未经批准连续两周未参加学校规定的教学活动的；超过学校规定期限未注册而又未履行暂缓注册手续的；学校规定的不能完成学业、应予退学的其他情形。"

2. 开除学籍

开除学籍是学生因严重违反学校的纪律所受到的最严厉的处分。开除学籍就是剥夺违纪学生在某校接受教育的权利，其中，考试作弊往往是被开除学籍的主要因素之一。

教育部《普通高等学校学生管理规定》（2017年教育部第41号令）明确规定："学生有下列情形之一，学校可以给予开除学籍处分：违反宪法，反对四项基本原则、破坏安定团结、扰乱社会秩序的；触犯国家法律，构成刑事犯罪的；受到治安管理处罚，情节严重、性质恶劣的；代替他人或者让他人代替自己参加考试、组织作弊、使用通信设备或其他器材作弊、向他人出售考试试题或答案牟取利益，以及其他严重作弊或扰乱考试秩序行为的；学位论文、公开发表的研究成果存在抄袭、篡改、伪造等学术不端行为，情节严重的，或者代写论文、买卖论文的；违反本规定和学校规定，严重影响学校教育教学秩序、生活秩序以及公共场所管理秩序的；侵害其他个人、组织合法权益，造成严重后果的；屡次违反学校规定受到纪律处分，经教育不改的。"

◆ **经验推介**

江苏理工学院给学生晒晒"作弊成本"

在江苏理工学院大三学生任全的手机里，一直保留着一张图片，这是不久前学校通过"苏理工小助手"微信平台，推送给每位在校学生的"作弊成本核算"海报（见图2-1）。"原来，考试作弊也是有成本的，而且成本颇高。"任全算起了海报上的"作弊成本"：比如，开除学籍或留校察看、拿不到学位证、失去

报考公务员资格等刚性成本；再比如，作弊后课程重修、留校察看产生的重修费、学费、住宿费等经济成本；还有名誉受损、心情沮丧、家人寒心等附加成本。不仅如此，校方还把这些不为众多大学生所了解的内容制作成大海报，张贴在江苏理工学院的食堂、教学楼、学生公寓宣传栏上，引起了学生热议。

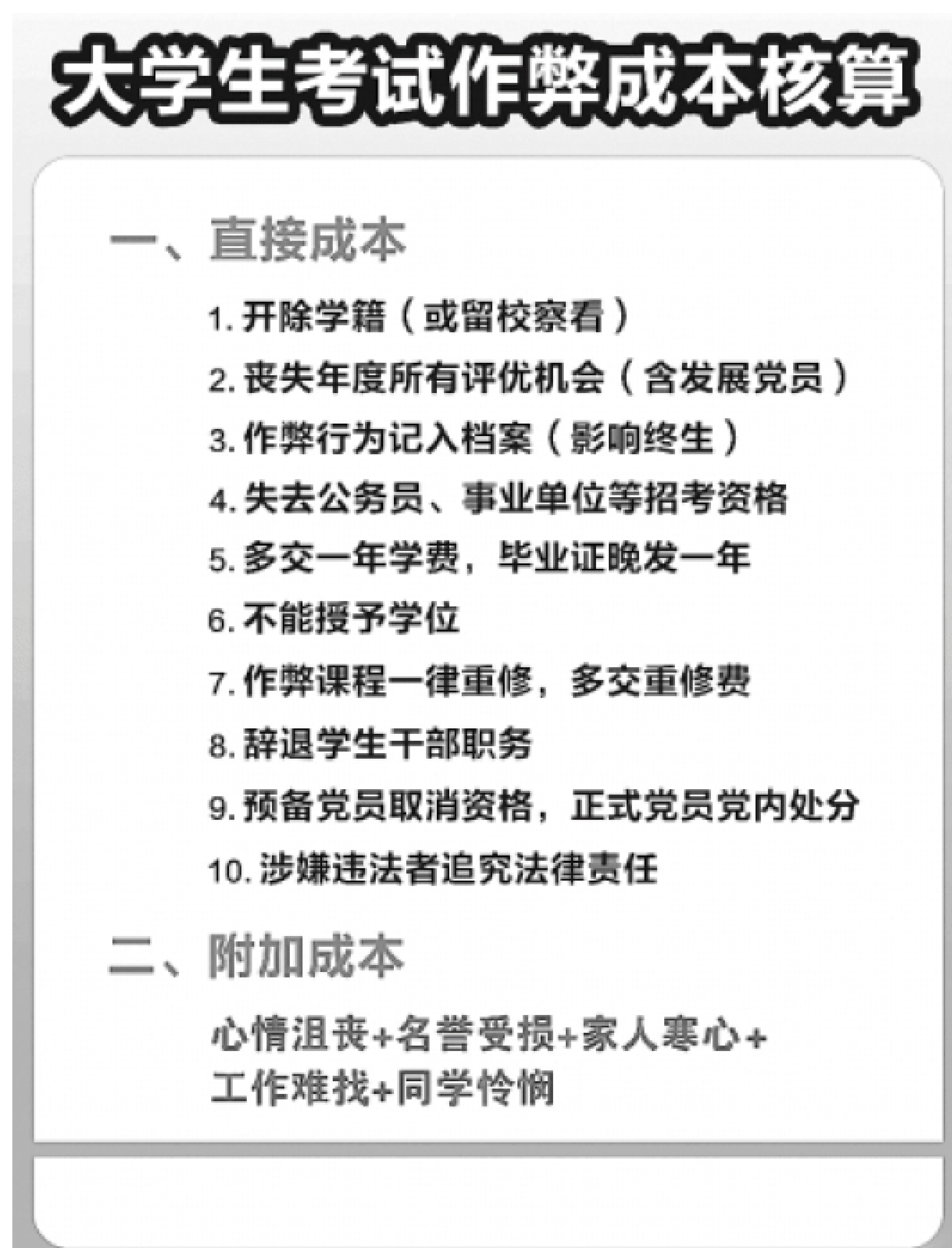


图 2-1　江苏理工学院“考试作弊成本核算”海报

电气信息工程学院大三学生张卅告诉记者，以前每次考试前都会组织开诚信考试班会，在诚信考试承诺书上签名，但大家对此“并不感冒”，“学校把考试作弊以成本核算的方式‘昭告天下’，让我们想不关注都不行啊”。“有些吃惊，甚至震惊！”大四学生王鹏说，以前以为考试作弊，最多被发现后学校给个处分，过一两年就没事了，现在才知道考试作弊的危害。“一次不过还能补考，考试违规不但名誉受损，而且留下诚信污点，实在不值得。”王鹏说。

作为“作弊成本核算”的“发明者”，该校电气信息工程学院党委副书记张羽程告诉记者，对于考试作弊，人们以往习惯归结为个人道德的缺陷，并从道德层面给予批评谴责，但仅是道德谴责，很难达到预期的教育引导效果。而公布“作弊成本”的作用，就是把作弊的各种负面影响和后果都呈现出来，让学生们意识到一旦考试作弊被抓，除了要承担道德上的谴责之外，还要承担经济上、情感上的各种代价，由此产生警示作用。“防作弊海报”仅公示两周，就在学校内收到了积极效果。在前不久举行的江苏省春季计算机等级考试中，该校考生实现“零作弊”。

“大学生的作弊成本，实则是一种人生的‘失信成本’。”江苏理工学院校长左健民告诉记者，高校是培养人才的地方，也是价值观引领的高地。学校之所以公布“作弊成本”，从表面上看，只是为了引导大学生诚信考试，但根本上是为了培养大学生的日常诚信意识。江苏理工学院党委书记夏东民表示，学校通过负面警示、正面引导相结合，全方位营造诚信教育氛围，推动诚信教育评价体系长效机制形成，进而培育学生的社会主义核心价值观，让他们的一生都充满诚信的正能量。

3. 校内学业与课外活动、社会实践

进入大学后，学生的视野开阔了很多，学业不再是唯一的活动。通常面临勤工俭学、社会实践、创业、社会活动及其他自己感兴趣的活动等。

校内的学业往往成为一些学生，特别是学业不良学生的最大问题。精力过于投入课外的社团等活动、一些社会实践活动等，严重冲击正常的课内学业活动，导致学业不良，出现挂科，甚至留级，严重者退学。

大学期间，学生在校时间呈现弹性化，传统的学制发生改变，学生休学进行创业成为常态。一些学生将在课外进行兼职尝试或者直接休学进行创业。

如何处理学业与课外活动、社会实践、兼职、创业等问题，是每个大学生需要面对的问题。我们认为，在保障学业顺利完成的前提下，应遵循的基本原则是课外活动、社会实践、兼职、创业等不应以牺牲学业为前提，创业需以自己所学专业为依托。

● 安全思考

（1）学业警告分几级？怎样做好不出现学业警告？

（2）怎样才能处理好学业与课外活动、社会实践、兼职、创业等问题？

2.3 课堂学习安全

课堂学习安全是能够让所有课堂参与者有安全感受的要素集合。课堂参与者包括教师和所有学生。课堂安全感主要体现在环境安全、人身安全、话语安全、行为安全、评价安全。

● 身边案例

◆ 2012 年 6 月 14 日 19 时多，安徽师范大学花津校区的某间教室屋顶上的水泥板突然脱落，坠落的水泥板有 2~3 厘米厚，多名正在教室自习的学生被砸。据称，这是安徽师范大学发生的第二次教室天花板坠落事件。学校近年来豆腐渣工程层出不穷，望广大学生上课时提高警惕，避免不必要的伤害。

◆2015 年 10 月 15 日 21：10，安静的教室里，同学们正埋头上晚自习。忽然，

头顶上的一个吊扇坠落，正好砸在一个男同学的头上。男同学当即被砸得头部流血，前方一排的女同学也被这突如其来的一幕吓得昏了过去。随即两人被老师送到了医院救治，所幸均没有危险。这是发生在东莞市商业学校东城校区教学楼一间教室内的一幕（见图2-2）。像这样的祸从天降的事件并不是第一次发生，此类事件的屡次发生拉响了校园安全警铃。



图2-2　东莞市商业学校吊扇掉落

1. 学习位置安全

进入课堂学习场所，要注意观察学习地点的安全性。不在教学楼外墙下行走，预防墙面脱落物坠落；不在电扇下面站或坐，既能预防电扇坠落，也能预防直接吹风引起伤风感冒；寻找牢固座椅；远离高压电源；远离危险品储藏地点；远离转动性设备，特别是女生更要预防头发被缠绕；外出到陌生的实习观摩场合，更要注意外在的危险因素。

2. 教学过程安全

教学是一个完整的过程，教学过程安全包括教学准备安全、教学实施安全、教学结束整理安全。最为常见的是在体育课程、化学化工实验教学、机械设备类教学、医学类教学及其他可能伤害人体的教学活动中。

在教学实施过程中，学生的心理安全是极为重要的。学生能够无所顾忌地发表自己的见解，而不担心被讥讽、被指责、被批评；学生能够积极主动地参与自我探究、小组合作、交流分享，而不感到紧张、自卑、孤独；学生感到师生、生生关系和谐，而没

有任何沟通交流的心理障碍；学生感到时常被尊重、被重视，而没有被伤害、被冷落、被歧视的感觉；学生真切感受到学习的乐趣和生命的意义，而没有痛苦感、乏味感；学生敢于尝试，不怕失败。

3. 学习内容安全

由于高校的开放性与信息复杂性，致使学校的学习内容也随之发生变化。要预防与抵制伪科学、愚昧、宗教、邪教的内容进入学校与课堂，反对教师消极思想与消极行为，警惕与抵制参与课外社会组织机构的欺诈信息、传销活动等。

◆ 温馨提示

广东高校一教师发过激博文被撤职

湛江市岭南师范学院基础教育学院英语系副主任梁新生，2012—2014 年间在新浪微博上发表多篇言论过激的博文，有损党和国家形象，造成不良社会影响。2015 年 7 月，因违反政治纪律和政治规矩，梁新生受到行政撤职处分。

4. 教学突发事件安全

教学突发事件是指在教学过程中突然发生的能造成或者可能造成严重伤害，需要采取应急处置措施予以应对的教学安全事件。在学校中，最为集中体现的是教学安全事故。

（1）教学安全事故类型。根据损失程度，教学安全事故可以划分为轻微教学安全事故、一般教学安全事故、重大教学安全事故、特大教学安全事故。

◆ 温馨提示

大学生易发生的 9 类伤害事故

（1）高校设施、设备不安全，如建筑物倒塌等造成大学生人身伤害。
（2）教职工在教育活动中由于过错或过失造成大学生人身伤害。
（3）大学生之间因游戏、斗殴造成的人身伤害。
（4）在校大学生因食物中毒引发的人身伤害事故。
（5）大学生组织的校内集体活动中发生的人身伤害事故。
（6）在校大学生自杀事件。
（7）教师个人安排学生干“私活”过程中造成的伤害事故。
（8）大学生在校外发生的人身伤害事故。
（9）校外人员在校内进行违法犯罪活动造成的大学生人身伤害。

（2）教学安全事故的处理。一是建立、健全各类教学安全事故应急处理机制和预案。一旦发生突发事故，要积极配合有关部门采取有效措施，把危害控制在最低限度。二是事故现场有关人员应当立即报告辅导员或班主任、院系领导。三是做好现场保护。

因抢救伤员、防止事故扩大以及疏通交通等原因需要移动现场物件时，必须做出标志、拍照、详细记录和绘制事故现场图，并妥善保存现场重要痕迹、物证等，有意破坏者应承担相应责任。四是进行过错责任认定及补偿或赔偿。

◆ **温馨提示**

校园学生伤害事故的赔偿范围

根据《民法通则》第119条、《最高人民法院人身损害赔偿司法解释》《中华人民共和国侵权责任法》第16条规定，学生伤害事故的赔偿范围分为以下种类：医疗费、住院伙食补助费、营养费、误工费、护理费、伤残护理补助费、住宿费、交通费、残疾用具费、残疾赔偿金、丧葬费、死亡赔偿金、精神损害抚慰金。

● **安全思考**

（1）课堂学习应注意哪些安全问题？

（2）查阅有关资料，了解校园学生伤害事故赔偿标准计算方法。

2.4　实验室实验安全

实验室作为实验的场所，除了承担教学任务外，还是师生开展科学研究的场所，成为科技转化为生产力的摇篮地。作为培养人才重要基地的实验室，如何进行安全运行，是学校面临的首要问题。

● **身边案例**

◆ 2013年4月30日，南京理工大学附近发生一声巨响（爆炸声），接着冒起了一团黑烟，两三千米以内均有震感，居民家里窗户和门晃荡了几下。从消防部门得知，是南京理工大学一平层实验室发生爆炸。爆炸造成一人死亡，三人重伤，房屋倒塌面积达34平方米。

◆ 2012年3月17日9时多，华南理工大学大学城校区一名学生在生物催化实验室做实验引起火灾，实验室仪器突然发生爆炸，瞬间冒出巨大的浓烟，所幸未造成人员伤亡。整栋楼弥漫着一股刺鼻的焦味，该气体有毒。实验室窗上的玻璃基本完全破碎，门口、窗口的墙壁多处被烧黑，损害的程度比较严重。起火原因初步判断为天气潮湿引起。

◆ 2011年12月7日11时左右，南开大学一名女学生在做化学实验时发生了意外，手部严重受伤。实验台上一片狼藉，阳台地上散落着被爆炸震碎的玻璃。受伤女学生是南开大学化学学院无机专业的一名博士生。从爆炸的程度来看，初步推断当时可能正在做高压化学实验。这名女学生被送往了武警医院，

医生透露，除了面部和颈部有大面积擦伤外，这名女生手部严重受伤。

◆ 2011 年 6 月 21 日下午，在济南大学一实验教学楼内发生玻璃仪器爆炸事故，实验室内一名女研究生面部被炸伤。所幸女学生被及时送往医院，眼睛内的碎玻璃也被及时取出。

◆ 2010 年 12 月 19 日的一次实验，改变了东北农业大学 28 名师生的人生轨迹。这是一次羊活体动物实验，先解剖，再肢解，最后观察羊内脏。整堂解剖课从上午一直持续到下午，结果却是 28 人感染严重布鲁氏杆菌传染病。

1. 实验前安全准备工作

在进入实验室前，需要在指导教师的指导下，根据实验项目要求掌握本实验需要注意的各类事项，了解实验章程、流程步骤、安全操作要求等。实验前必须注意指导教师在上课时告知的注意事项。

一是按预约时间进入实验室，了解实验室布局、实验的类型、仪器和药品的信息。

二是检查安全防护设备，做到有备无患。

三是了解实验方案，预测在实验工作中可能出现的突发状况及危险，并做好相应的预案。

四是熟悉实验的内容与实验原理。

五是熟悉操作流程，了解操作细节。

六是明确实验目的、要求、方法、步骤及注意事项。

七是熟知可能接触以及使用的设备，需领用工具及耗材、物料、药品等。

八是了解实验设备的性能、配备及正确的操作方法，零件及附件严禁私自拆卸和调整，并注意插座电压的类别，切勿触摸电极或电泳槽内溶液，湿手切莫开启电源。

九是了解安全设备所在的位置，如电源总开关、紧急逃生的铁锤工具、急救箱、逃生路线、灭火器材、紧急洗眼装置、紧急冲淋器、溅出化学品处理设备等位置，有利于在突发事件发生后第一时间做出有效处理。

十是化学品实验入室应穿实验大褂，同时注意局部防护，必要时佩戴安全防护眼镜、防护手套、防护面罩、防毒面具、呼吸器等个人防护用具，穿不漏脚趾的满口鞋，长发必须束起。

2. 实验时要规范安全操作

实验室安全的关键就是要严格执行操作规范。

一是严格遵守操作规程，在指导教师指导下进行实验操作。

二是某些危险实验的室内应有两人以上方可实验。

三是特殊类实验要佩戴安全防护准备。

四是浓酸、浓碱制剂具有强腐蚀性，应避免溅落在皮肤、衣物、书本上，更应该防止溅入眼睛里。

五是高压容器实验要防止气体或液体泄漏，严禁随意充装其他气体，并要有明显的识别标志。

六是加热试管时，不要把试管口对着自己或别人，也不要俯视正在加热的液体。

七是进行爆炸实验，必须在经过特殊设计的防爆炸的地方进行，并注意避免发生爆炸物飞出伤人或飞到有危险的地方。使用爆炸性物品要避免撞击、强烈震荡和摩擦。

八是金工实验时如有较大噪声，应注意佩戴耳塞、耳罩、耳棉等；严禁在进行弹、喷、射击等实验时对着人；用钻孔器、锥子、针等切割和穿透物品时，不应以另一只手给物体做垫层；不能把手插进螺孔或管子中。

九是辐射实验中接触放射性物质时应将放射性物品存放在防辐射箱中，使用后必须及时入库保管。

十是实验过程中碰到任何情况或疑都要问及时请教老师，切勿私自变更实验程序而盲目操作。

3. 实验结束后安全事项

实验结束后，不要急于离开实验室，要做好善后工作。

一是对实验室进行全面清理，如关闭电源、水源、气源，处理好残存的化学物品，清扫易燃的纸屑等杂物，消灭火灾隐患。

二是打扫室内卫生，关闭好门窗、水电。

三是及时将仪器整理还原，座椅放置于工作台下。

四是返还工具，核实领用的实验物料用量，检查使用仪器设备是否还原，确认无误后方可离开实验室。

◆ 经验推介

徐州师范大学学生实验守则

（1）学生必须按时到指定实验室做实验，不得迟到。

（2）进入实验室必须保持安静，不准高声谈笑，不做与实验无关的事，不动与实验无关的设备，不进入与实验无关的场所。注意环境卫生，不吸烟，不随地吐痰，不乱抛纸屑杂物。

（3）实验前学生应认真预习实验指导书规定的有关内容，明确实验目的和基本要求，掌握原理和方法，独立完成实验准备工作。实验时，经指导教师检查认可后，才能开始做实验。

（4）实验时应严肃认真、正确操作，仔细观察，要准确、真实地记录各种实验数据，严格遵守有关操作规程。

（5）仪器设备发生不正常现象时，应及时报告指导教师。如发生人身安全事故时，立即切断相应的电源气源等，迅速停止实验，设法制止事态的扩大，并立即向指导教师报告，听从指导教师的指导，要沉着冷静，不要惊慌失措。

（6）使用大型精密仪器设备，应先了解性能和操作方法，未经教师同意，

不得任意操作，违者按有关规定处理。

（7）实验中如发现仪器设备损坏，应及时报告并查明原因。凡属违反操作规程导致设备损坏的，或丢失仪器、配件、工具的，均应及时查清原因并上报院系负责人。根据情节轻重，追究责任，按章赔偿。凡隐瞒事故不报者，从重处理。

（8）实验完毕，在指导教师检查清点所用仪器、工具后，并做好清洁卫生、切断电源、气源、关好水龙头，实验数据在指导教师审阅、签字后方可离开实验室。

（9）实验后要认真写好实验报告（包括认真分析实验结果、精确处理数据、图表）。

（10）学生进入开放实验室做综合性、设计性的实验时，应按学生相关规定事先与有关实验室老师联系，报告自己的实验目的、设计方案、所需实验仪器和材料等，经同意后方可在实验室安排的时间内进行。

（11）本守则由指导教师和参加实验的人员共同监督，严格执行。违者令其停止实验，责任自负。

4. 实验室安全事故的处理

各种意外伤害可参考以下应急预案进行处理。

◆ 经验推介

河南农业职业学院实验室安全事故应急预案（节选）

第四章 部分安全事故应急处置措施

第八条　实验室发生病原微生物、危险化学品事故的一般处置办法。

（一）病原微生物

1. 若病原微生物泼溅在皮肤上，立即用 75% 的酒精或碘伏进行消毒，然后用清水冲洗。

2. 若病原微生物泼溅在眼内，立即用生理盐水或洗眼液冲洗，然后用清水冲洗至少 15 分钟，立即就医。

3. 若病原微生物泼溅在衣物、鞋帽上或实验室桌面、地面，立即选用 75% 的酒精、碘伏、0.2%~0.5% 的过氧乙酸、500~000 毫克 / 升有效氯消毒液等进行消毒。

（二）危险化学品

1. 若有毒、腐蚀性化学品泼溅在皮肤或衣物上，应迅速解脱衣物，立即用大量自来水冲洗，再根据毒物的性质采取相应的有效处理措施。

2. 若有毒、有害物质泼溅或泄漏在工作台面或地面，应立即穿好专用防护服、隔绝式空气面具等进行必要防护。泄漏量小时，在确保人身安全的条

件下可用沙子、吸附材料、中和材料等进行处理，将收集的泄漏物运至废弃物处理场所处置，残余物用大量水冲洗稀释。

3. 若发生易燃、易爆化学品泄漏，则泄漏区域附近应严禁火种，切断电源。事故严重时，应立即设置隔离线，并通知附近人员撤离，同时报告有关部门。

（三）其他

若操作过程中被污染的注射器针刺伤、金属锐器损伤，解剖感染动物时操作不慎被锐器损伤或被动物咬伤或被昆虫叮咬等，应用肥皂和清水冲洗伤口，然后挤出伤口的血液，再用消毒液（如 75% 酒精、2000 毫克 / 升次氯酸钠、0.2%～0.5% 过氧乙酸、0.5% 的碘伏）浸泡或涂抹消毒，并包扎伤口（厌氧微生物感染不包扎伤口）。

第九条　实验室发生化学灼伤事故的一般处置办法。

（一）强酸、强碱及其他一些化学物质，具有强烈的刺激性和腐蚀作用，发生这些化学灼伤时，应用大量流动清水冲洗，再分别用低浓度的（2%～5%）弱碱（强酸引起的）、弱酸（强碱引起的）进行中和。处理后，再依据情况而定，做下一步处理。

（二）溅入眼内时，在现场立即就近用大量清水或生理盐水彻底冲洗。冲洗时，眼睛置于水龙头上方，水向上冲洗眼睛，时间应不少于 15 分钟，切不可因疼痛而紧闭眼睛。处理后，再送眼科医院治疗。

第十条　实验室发生中毒事故的一般处置办法。

（一）吸入中毒。若发生有毒气体泄漏，应立即启动排气装置将有毒气体排出，同时打开门窗使新鲜空气进入实验室。若吸入毒气造成中毒，应立即抢救，将中毒者移至空气良好处使之能呼吸新鲜空气，同时送入医院就医。

（二）经口中毒。要立即刺激催吐（可视情况采用 0.02%～0.05% 高锰酸钾溶液或 5% 活性炭溶液等催吐），反复漱口，立即送入医院就医。

（三）经皮肤中毒。将患者立即从中毒场所转移，脱去污染衣物，迅速用大量清水洗净皮肤（黏稠毒物用大量肥皂水冲洗）后，及时送入医院就医。

第十一条　实验室发生爆炸事故的一般处置办法。

（一）实验室发生爆炸时，实验室人员在确保安全的情况下必须及时切断电源和管道阀门。

（二）所有人员应听从现场指挥，有秩序地通过安全出口或用其他方法迅速撤离爆炸现场。

（三）实验室安全事故应急处理领导小组负责安排抢救工作和人员安置。

第十二条　实验室发生火灾事故的一般处置办法。

（一）若发生局部火情，立即使用灭火器、灭火毯、沙箱等灭火。

（二）若发生大面积火灾，实验人员已无法控制，应立即报警，通知所有人员沿消防通道紧急疏散。同时，立即向消防部门报警，向学院领导报告，有人员受伤时，立即向医疗部门报告，请求支援。

（三）人员撤离到预定地点后，应立即组织清点人数，对未到人员尽快确认其所在的位置。

第十三条　实验室发生触电事故的一般处置办法。

（一）应先切断电源或拔下电源插头，若来不及切断电源，可用绝缘物挑开电线。在未切断电源之前，切不可用手去拉触电者，也不可用金属或潮湿的东西挑电线。

（二）触电者脱离电源后，应就地仰面躺平，禁止摇动伤员头部。

（三）检查触电者的呼吸和心跳情况，呼吸停止或心脏停跳时应立即施行人工呼吸或心脏按压，并尽快联系医疗部门救治。

第十四条　实验室发生仪器设备故障事故的一般处置办法。

（一）若仪器使用中发生设备电路事故，须立即停止实验，切断电源，并向仪器管理人员和实验室汇报。如发生失火，应选用二氧化碳灭火器扑灭，不得用水扑灭。如火势蔓延，应立即向学校保卫处报警。

（二）仪器使用中的容器破碎及污染物质溢出，立刻戴上防护手套，按照仪器的标准作业程序关机，清理污染物及破碎玻璃，再对仪器进行消毒清洗，同时告知其他人员注意。

5. 场地环境安全

一是药品要分类存放。易燃、易爆、剧毒化学试剂要严格按照有关规定领用和存放保管。不得将腐蚀性化学品、毒性化学品、有机过氧化物、易自燃品和放射性物质保存在一起。模糊或脱落的药品标签要及时更新。

二是废液要分类收集、记录，预约外送，废液不应超过废液桶容积的 90%。破碎的玻璃器皿应放于不易划破的容器内收集并送回废液回收站。

三是实验室的钢瓶必须固定，严禁放倒使用，严禁阳光暴晒，防止出现意外。

四是实验室的电炉或其他明火因实验使用时，必须远离可燃物和易燃、易爆化学品，使用中要注意消防安全，停电或停用后要及时切断电源。

五是保持实验室内外消防通道畅通，严禁占用走廊堆放物品。

六是严禁在实验室和实验大楼内吸烟，特别是使用易燃、易爆的有机溶剂做实验时，更要保证没有明火存在。

七是高压容器严禁暴晒，并远离热源；容器充装不宜过满，且必须专瓶专用，严禁随意充装其他气体，并要有明显的识别标志。

◆ 经验推介

高校实验室安全管理制度（示例）

（1）实验室是教学科研的重要基地，实验室的安全管理是实验工作正常进行的基本保证。凡进入实验室工作、学习的人员，必须遵守实验室有关规章

制度，不得擅自动用实验室的仪器设备和安全设施，不准在实验室吸烟，就食，不准随地吐痰。

（2）实验室工作人员及参加实验的人员必须认真学习有关安全条例和安全技术操作规程。

（3）实验室内安全设施、标志必须齐全有效。

（4）实验室供电线路的安装必须符合实验教学的需要和安全用电的有关规定，定期检查，及时维修。

（5）实验室要做好防火、防触电等工作，要配备灭火机等消防器材。

（6）实验室要采取防盗措施，加强安全保卫工作，非实验室工作人员不得进入仪器保管室内。

（7）每日最后离室人员要负责检查水、电、门窗等有关设施的关闭情况，确认安全无误，方可离室。节假日前各室人员应进行安全检查，并做好记录。

（8）对实验室存在的不安全因素，要及时向有关部门反映，整改，若发生安全事故，应在采取补救措施的同时如实报告有关部门，对造成安全事故者，应根据情节轻重，按有关规定及时处理。

（9）实验室工作人员作为实验室安全防护的当然责任者，应随时随地按照本制度进行检查，做好安全防护工作，院领导要经常督促检查。

（10）实验中如发生事故，应有急救措施，同时保护现场，并立即报告有关部门。

（学校保卫处电话：××××××××、学校医务室电话：××××××××）

● **安全思考**

（1）实验室安全操作应注意哪些事项？

（2）发生安全事故怎样进行应急处理？

2.5 体育活动安全

学生体育活动主要是体育课、运动会、专项体育比赛、课外体育活动等。做好安全防范，确保人身安全是学校体育活动的重要任务。常见的运动损伤有擦伤、撕裂伤、挫伤、肌肉拉伤、关节扭伤、骨折、脑震荡等。造成运动损伤的原因是多方面的，如思想麻痹大意、准备活动不充分、技术动作不当、运动量过大、身体疲劳或情绪低下、场地不平等。

● **身边案例**

◆ 2015 年 10 月 24 日下午，南京大学仙林校区的操场上发生了一幕悲剧，一名大三男生在体育测试跑 1000 米时，跑到 700 米左右，猝然倒地，昏迷不醒。

经抢救无效，不幸去世。

◆ 2012 年 11 月 27 日 10 时许，东华大学外语学院的大三学生小缪在参加完学校本科三年级的体能测试后，冲过 1000 米后的小缪突然倒地不省人事，随后他被送往上海市松江区第一人民医院。但经过 45 分钟的抢救，小缪最终还是不幸离世。

◆ 2012 年 11 月 28 日，湖北省襄阳市一名 21 岁大学生代替他人测试 1000 米，结果竟在 500 米处倒地不治。而担心学生出事，西安市和南京市的几所高校相继取消了中长跑测试……在种种担忧下，2013 年华中科技大学秋季运动会宣布取消女子 3000 米和男子 5000 米项目，西安市、南京市多所高校也取消了上述两个长跑项目。

1. 体育课安全

在体育课活动中，要注意以下几点。

（1）增强安全意识，树立“安全第一”思想。了解身体健康与运动安全的关系、自身和他人的安全关系及一些常识性的自我保护意识。

（2）遵守课堂常规管理。学生要严格遵守课堂纪律并服从教师的组织和管理，上课时注意力要集中，防止其他体育器械误伤。在教师指导下使用体育器材，规范动作要领。

（3）了解自身的身体状况。特殊体质或有生理疾病的学生在上课时要告知教师，合理安排教学内容，有效避免安全事故发生。

（4）上体育课一定要按教师的要求穿运动鞋和运动服，衣服兜里不要装硬物；做好充分准备活动，活动全身关节筋骨，防止身体没有活动开，肢体僵硬，导致拉伤或被器械碰伤、撞伤。

（5）要学会自我保护。练习危险动作要有教练或有经验的保护者进行保护；在单项有身体接触的比赛中，不与各方面条件有极大悬殊的对手进行对抗；对自身易伤和较弱的部位要格外小心，加强保护；不使用损坏的器械进行锻炼；不在场地条件太差的地方活动。

◆ 温馨提示

大学生患有以下疾病不宜参加运动或剧烈的运动。

（1）对患有各种疾病处于急性期的大学生，应当遵照医嘱服药和休息，停止参加体育活动。

（2）患有先天性心脏病的大学生，不能上体育课和参加体育竞赛，也不要参加运动量过大的体育活动。

（3）患有肝炎、肾炎、肺结核等刚病愈的大学生，不能参加剧烈体育活动。

（4）感冒、发烧的大学生也不宜参加体育锻炼；饭后不应立即参加剧烈运动。

（5）患有心脏病、高血压、肺结核、中耳炎、皮肤病、严重沙眼以及各种传染病的大学生不宜游泳。

（6）处在月经期的女大学生不宜游泳和参加剧烈体育活动。

（7）饭后、酒后，有开放性伤口，身体感到不适者也不宜游泳。

2. 运动会活动安全

运动会作为高校体育教育必不可少的一个重要组成部分，需提高教师与学生的安全意识，保证运动会安全。

（1）确保场地、器材安全。高校要提高体育场地、器材的安全系数，加强场地、器材的标准化、合理化、科学化的建设，在场地、器材的数量和质量上为运动会的开展提供保障。

（2）赛前、赛中、赛后要做好医务保障。学生赛前要根据自己的身体状况、体质特点、性格特点进行运动会参赛项目的选择。赛中要注意生理和心理的变化，及时注意体能变化，以确保安全。学校务必在运动会期间提高必要的医务保障，对于运动会中出现的意外伤害，能保证第一时间治疗。

（3）预防猝死。世界卫生组织认为，平时身体健康或貌似健康的患者，在出乎意料短的时间内，因自然疾病而突然死亡即为猝死。师生均须了解学生是否有高危病史，采用科学的运动方法，加强师生急救技能培训。

◆ **温馨提示**

教育部《学校体育运动安全风险防控暂行办法》（节选）

第九条　学校应当按规定安排学生健康体检，建立学生健康档案，按照《中小学生学籍管理办法》规定，纳入学籍档案管理。学生新入学，应当要求学生家长如实提供学生健康状况的真实信息。转学应当转接学生健康档案。涉及学生个人隐私的，学校负有保密义务。对不适合参与体育课或统一规定的体育锻炼的学生，学校和教师应当减少或免除其体育活动。

第十一条　教师在体育课教学、体育活动及体育训练前，应当认真检查体育器材设施及场地；体育课教学、体育活动及体育训练中，应当强化安全防范措施，对技术难度较大的动作应当按教学要求，详细分解、充分热身，并采取正确的运动保护与运动协助。

第十二条　教育行政部门或学校组织开展大型体育活动或体育比赛，应当成立安全管理机构；制定安全应急预案；检查体育器材设施及场地，设置相应安全设施及标识；设置现场急救点，安排医务人员现场值守；对学生进行安全教育。组织学生参加跨地区体育活动和体育比赛，应当根据活动或比赛要求向学生及家长提供安全告知书，获得家长书面反馈意见。大型体育活动或体育比赛需要第三方提供交通、食品、饮水、医疗等服务的，应当选择有合

格资质的服务机构，依法签订规范的服务合同。

第十三条 学校应当根据体育器材设施及场地的安全风险进行分类管理。具有安全风险的体育器材设施应当设立明显警示标志和安全提示。需要在教师指导和保护下才可使用的器材，使用结束后应当屏蔽保存或专门保管，不得处于学生可自由使用的状态；不便于屏蔽保存的，应当有安全提示。教师自制的体育器材，应当组织第三方专业机构或人员进行安全风险评估，评估合格后方能使用。

第十四条 学校应当对体育器材设施及场地的使用安全情况进行巡查，定期进行维护，根据安全需要或相关规定及时更新和报废相应的体育器材设施，及时消除安全隐患。

第十五条 学校应当利用开学教育、校园网络、家长会等进行体育安全宣传教育，普及体育安全知识，宣讲体育运动风险防控要求和措施，引导学生和家长重视与理解体育运动风险防范。

3. 课外体育活动安全

加强学生课外活动锻炼安全意识，既能保证学生的运动安全，又能提升体育锻炼效果。活动时要做好以下安全预防。

（1）选择适合自己的运动项目，避免超负荷运动。要对自己的运动能力有一个正确的估计，选择适合自己身体能力的项目进行锻炼，不盲目进行超越自己能力的运动项目。

（2）体育活动时要尽量选择平整的场地；如果在不平整的场地活动时，要始终保持脚踝的一定紧张度，防止踩踏在不平地方脚踝松弛造成扭伤。

（3）参加投掷项目活动时，一定要按规定的方向投掷，要注意观察器械下落地区有无人员通过，在确认安全后再将器械投出手；一些通过旋转技术投掷的器械，一定要在有护笼的场地进行投掷。

（4）使用单双杠、杠铃等器械进行活动时，要先检查器械的螺钉、卡扣等是否牢固，避免发生意外。

（5）进行球类运动活动时，不要强迫自己做出没有练习过的动作；要防止头顶足球时砸在鼻子或眼睛上，使鼻子出血、眼睛撞伤；防止打篮球抢篮板时手指挫伤，打排球传球时手指扭伤等。

（6）参加跑类运动时要选择比较松软的衣服、运动鞋，防止在跑步中磨破皮肤或脚趾。

（7）参加滑冰或滑雪运动时，要注意在失去平衡时顺势摔倒、团身，保护自己；不要用硬力对抗，防止由于冰刀、雪杖的碰撞、击打而意外受伤。

（8）游泳要注意以下事项：要了解游泳场所的情况，确认是否安全；要结伴而行，最好有懂水性的人一同前往游泳场所；入水前做好准备活动，如徒手操、慢跑和模仿

游泳动作等练习；活动身体，适应水温，然后再下水游泳；学习游泳时一定要由浅入深，循序渐进，逐步完成各个环节，从熟悉水性、漂浮、换气、划水，到学会一种泳姿后，再学习其他泳姿；游泳过程中严禁在水中打闹、嬉戏，防止呛水；若出现身体不适，应立即离开泳池，上岸缓解或接受救护；一般不要到江河、湖泊、水库、池塘等自然水域里游泳，更不要到禁止游泳的水域游泳，避免发生意外；游泳时间不宜过长；游泳之后要注意清洁卫生，如有淋浴设备，应将身体冲洗一遍；一般人最好不在冬季游泳。

4. 发生运动损伤及时应对治疗

如果发生运动损伤，一定要及时治疗。可根据受伤程度，采取不同应对措施。

（1）皮肤擦伤。皮肤小面积擦伤，若在一般部位，可用红药水或药水局部涂擦，不需要包扎；而关节及其附近的擦伤，则应首先局部消毒，用 0.05% 的新洁尔灭清创面，再涂以消炎软膏，以免局部干裂影响锻炼，若感染，容易波及关节。

皮肤大面积擦伤，首先应以生理盐水或 0.05% 的新洁尔灭清创面，然后局部消毒，最后盖以消毒凡士林纱布和敷料，并包扎。必要时可加抗生素，以预防感染。

（2）皮肤撕裂伤。轻者，消毒后，以胶布黏合或用创可贴敷盖即可。面积较大者，则需止血缝合和包扎。必要时酌用破伤风抗生素 1500~3000 国际单位，肌肉注射，以免引起破伤风感染。

（3）刺、切伤。处理方法同皮肤撕裂伤。伤口小而浅者无须缝合，深而宽者缝合后酌用破伤风抗生素，并用抗生素。

（4）挫伤。局部休息，限制活动，在 24 小时内冷敷和加压包扎，患肢抬高。疼痛明显者可服止痛片，外用风湿跌打膏、伤湿止痛膏等。48 小时后开始理疗和按摩，肢体开始活动。若有血肿，可局部消毒，用以火针刺入放血并包扎。必要时可给抗生素药物，以预防感染。

（5）肌肉拉伤。轻者可立即休息，抬高患肢，局部冷敷并加压包扎。如肌肉大部分或完全断裂，应加压包扎并立即送往医院处理。

（6）关节韧带扭伤。如踝关节扭伤后应立即停止运动，进行踝关节制动并加压包扎和冷敷，冷敷冰袋或冰块不可直接接触皮肤，以免冻伤。踝关节制动可采用胶带固定、石膏或护踝支具固定。受伤部位的制动、加压包扎和冷敷可有效地减少韧带断裂部的出血，缩短愈合时间，减少日后血肿机化性疤痕，这是急性踝关节扭伤早期最基本的处理方法。

（7）脑震荡。绝对卧床休息直至上述症状基本消失。另外，用药物对症治疗，如服止痛片、镇静药等。遇有下列情况之一：昏迷不醒；虽清醒，但头疼、呕吐剧烈；两眼瞳孔不对称，或清醒后再次陷入昏迷，提示有颅内出血的可能，应立即送医院处理。

（8）骨折。常见的骨折有小腿骨折、肋骨骨折、脊柱骨折等。骨折后暂勿移动患肢，应用夹板或其他代用品固定患肢，若伴有出现休克，应先进行处理，即点按人中穴，并进行对口人工呼吸或心脏胸外按压；若伴有伤口出血，应同时实施止血和包扎，及时

护送医院检查和治疗。

（9）眼外伤。早期可以先用冷毛巾或冰块冷敷，然后应尽早到眼科进一步诊治。

（10）鼻出血。先坐下并松开围在颈项上的衣物；稍向前倾，不要仰头，应任由鼻血从鼻腔流出，而非倒流往咽喉；用嘴呼吸，捏紧鼻梁部分约 5 分钟；5 分钟后若鼻腔止血，便可放松鼻梁，否则应继续捏紧鼻梁；鼻腔止血后，继续以口呼吸，4 小时内不要擤鼻子或尝试清除鼻腔内的血块。 如果这样仍然无法使出血得到控制，应立即前往医院就医。

5. 游泳发生意外应对

（1）游泳时，如果发生抽筋现象，要及时上岸，并采取以下办法消除：如果手抽筋，可将手握拳，然后用力张开，迅速反复多做几次，直到抽筋消除为止；如果小腿或脚趾抽筋，先吸一口气仰浮水上，用抽筋肢体对侧的手握住抽筋的肢体或脚趾，并用力向身体方向拉，同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上，帮助抽筋腿伸直；如果大腿抽筋，可采用拉长抽筋肌肉腿的办法解决。

（2）如果不慎落水，应该怎样进行自我救助呢？第一，要保持镇静、清醒，坚定获救的信心。无数实例证明，对于求生者来说，意志往往比体力更为重要。第二，如果你不习水性，在落入水后，千万不要惊慌，不要急于呼救，因为此时最容易呛水，要迅速采取自救措施：头后仰，口向上，尽量使口鼻露出水面，用嘴巴呼吸，不要害怕喝水，灌几口水没有任何生命危险，不能将手上举或挣扎，以免使身体下沉。第三，及时甩掉鞋子和口袋里的重物，但不要脱掉衣服，因为它会为你产生一定的浮力。第四，要设法发出声响，或者发出别人容易看到的视觉信号，以便岸上或经过船只发现。第五，如果有人跳水救你，自己要尽量放松，同时要保持冷静。千万不可在别人靠近你时盲目乱动，要配合救人者的引导。否则，会使救人者离你而去，甚至会导致两人同时丧命。溺水救护方法如图 2-3 所示。



图 2-3　溺水救护方法

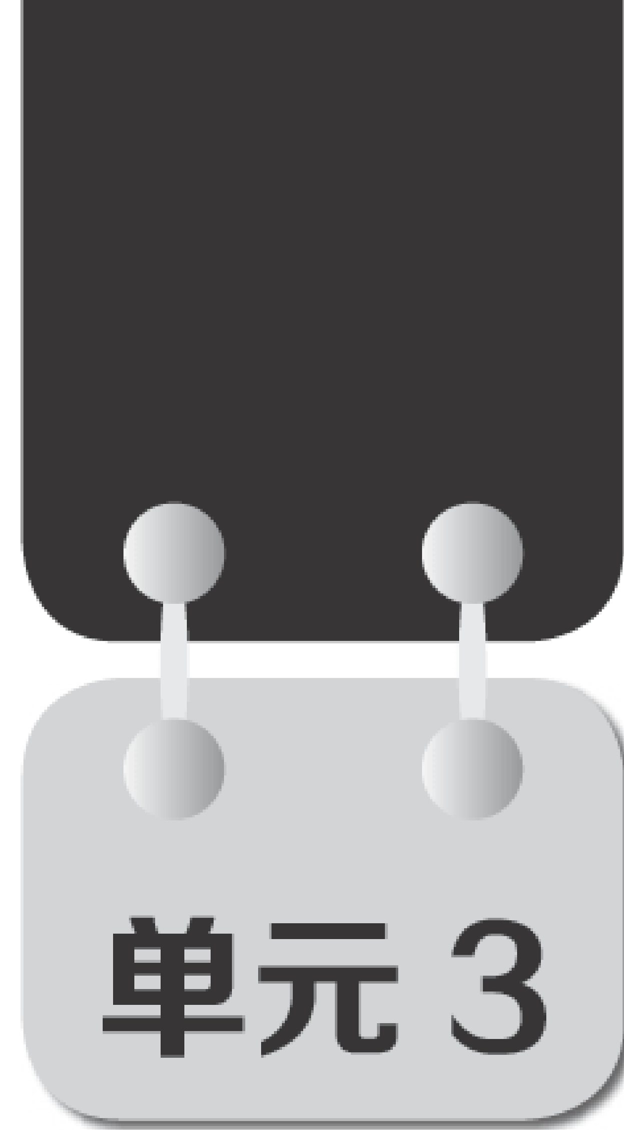
（3）当看到别人落水后，切记，无论你水性多好，都不要轻易跳下水去救别人。你需要做的就是一边大喊请人帮忙，一边迅速利用附近的任何物体，如木棍、竹竿、树枝、绳子进行救助，或者把容易漂浮起来的物品尽量抛给落水者。发觉溺水者停止呼吸时，应及时进行人工呼吸。

● **安全思考**

（1）上体育课时怎样加强安全预防？

（2）如何做到科学锻炼身体？

（3）若发生简单运动损伤，如何及时进行治疗？



人际交往安全

21世纪是人才竞争的时代，大学生的综合素质已成为用人单位关注的焦点，而综合素质中最重要的是大学生的交流沟通能力。交往对大学生充满了诱惑，他们渴望了解社会、了解他人，同时也希望被别人所了解，但面对纷繁复杂的社会和形形色色的交往对象，其中难免有一些居心叵测、心怀不轨之徒，在给大学生交往带来不和谐音符的同时，更带来了交往中的一个重要话题——交往安全。



3.1 心理健康安全

健康的心理是大学生进行人际交往的重要保证，然而大学生作为一个特殊的社会群体，有许多特殊的问题，如对新学习环境与任务的适应、对专业与学习的适应、理想与现实的冲突、人际关系的处理、恋爱中的矛盾、未来职业的选择等，都会对大学生的心理健康带来各种影响。个别有心理障碍的大学生发生的一些案件事故，严重损害了大学生的形象，也给学校管理带来了很大危害。

● **身边案例**

◆济南市大学科技园某高校大三学生刘某，因家为农村，生活条件不好，从小比较自卑。由于长期压抑的感情无法释放，刘某的内心产生了扭曲，于是他想用偷拍来减压。2014 年 6 月的一天，刘某在用手机偷拍女生洗澡时被抓获。警方从刘某的手机中还发现了偷拍其他女生的视频。

◆沙洲职业工学院学生符某（男，20 岁）因悲观厌世，几度想自杀，自己却没有勇气，便预谋用加害他人的方式来排解心理压力。2013 年 4 月 17 日 20 时 30 分左右，符某持水果刀将在该院短期培训的学员曾某（男，21 岁）刺伤。

◆某高校一位女大学生马某煞费苦心地设计作案手段实施盗窃，每每盗窃成功后，又将盗来的物品销毁或遗弃。马某被捕后坦言：“我模仿警匪片中的情节，每次作案时都很有成就感，特别刺激。”马某为满足享受刺激心理需求而触犯国家法律，是一种为享受刺激而苦心设计刺激的不健康心理。

心理健康常被人们定义为：生活在一定社会群体中的个体，在高级神经功能正常的情况下，适应环境过程中表现出来的最佳功能状态及行为特性。

◆ **温馨提示**

大学生心理健康的 10 项指标

（1）智力正常。衡量时，关键在于是否正常、充分地发挥了效能：即有强烈的求知欲，乐于学习，能够积极参与学习活动。

（2）情绪健康。其标志是情绪稳定和心情愉快。包括愉快情绪多于负性情绪，乐观开朗，富有朝气，对生活充满希望；情绪较稳定，善于控制与调节自己的情绪，既能克制又能合理宣泄；情绪反应与环境相适应。

（3）意志健全。意志健全的大学生在各种活动中都有自觉的目的性，能适时地做出决定并运用切实有准备的方式解决所遇到的问题，在困难和挫折面前，能采取合理的反应方式，能在行动中控制情绪和言而有行，而不是行动盲目、畏惧困难，顽固执拗。

（4）人格完善。人格完善就是指有健全统一的人格，即个人的所想、所说、所做都是协调一致的。一是人格结构的各要素完整统一；二是具有正确的自我意识，不产生自我同一性混乱，以积极进取的人生观作为人格的核心，并以此为中心把自己的需要、目标和行动统一起来。

（5）自我评价正确。大学生能恰如其分地认识自己，摆正自己的位置，既不以自己某些方面高于别人而自傲，也不以某些方面低于别人而自惭，能够自我悦纳，喜欢自己，接受自己，自尊、自强、自制、自爱适度，正视现实，积极进取。

（6）人际关系和谐。其表现为乐于与人交往，既有广泛而深厚的人际关系，又有知心朋友；在交往中保持独立而完整的人格，有自知之明，不卑不亢；能客观评价别人和自己，善取人之长补己之短，宽以待人，乐于助人，积极的交往态度多于消极态度，交往动机端正。

（7）社会适应正常。做客观观察以取得正确认识，以有效的方法对应环境中的各种困难，不退缩，根据环境的特点和自我意识的情况努力进行协调。

（8）心理行为符合年龄特征。大学生是处于特定年龄阶段的特殊群体，大学生应具有与年龄和角色相应的心理行为特征。

（9）心理机能平衡。心理机能主要是指认知过程中的诸因素之间的关系。一般来说，心理机能能协调发展，没有明显的缺陷的人便是心理健康的人。

（10）面对和把握现实。对于自己的生活、学习和工作中遇到的种种问题与困难，总是能用切实有效的办法去妥善解决，即使遭遇重大的挫折，也能采用成熟的、健全的适应方式，绝不企图逃避。

1. 心理疾病的预防

当大学生感到自己有心理疾病时，应该学会通过和朋友倾诉、咨询心理医生、寻找合适的宣泄途径等方式解决。生命只有一次，请不要开“生命的玩笑”。

（1）自我调节，化解心理问题。大多数大学生具有良好的心理素质，有能力进行自我调节，化解学习、生活中遇到的各种心理问题。对于遇到的大量轻微心理问题，可以通过增强自身修养来解决。读书是提高自身修养的最好途径。大学生通过阅读书籍，不断汲取知识，提高自身综合素质，对问题的看法、对事情的处理就会更加全面、冷静，一些心理问题便会自然消失。

（2）学习保持心理健康知识，掌握心理调节方法。大学生要学习保持心理健康知识，积极参加心理健康讲座，掌握一些心理问题的鉴别方法和常用的心理调节方法，树立科学的健康观。要勇于参加社会实践，丰富生活经验，增加社会阅历，尤其是要多参加心理健康方面的社团活动，增进人际交往能力，增强抗挫折能力和社会适应能力。

（3）冷静、理智地对待心理问题。大学生在出现严重的心理障碍时，要以科学、理智的态度对待，积极参加心理普查，主动、积极地到学校心理健康咨询部门进行咨

询和治疗，及时排除心理障碍。

（4）关心并帮助其他同学解决心理问题。当发现有同学出现心理问题时，不要冷漠、讥讽或者漠然置之，而是要积极、热情地给以亲近和关心，选择正确的方法耐心细致地做其工作，帮助其排除心理障碍。当发现有同学患有严重心理疾病时，要将情况及时报告学校，并劝说其去找心理医生，及时进行心理咨询和心理治疗。

◆ **温馨提示**

导致大学生心理问题的八大诱因

目前，大学生的精神问题主要表现在自闭、抑郁、焦虑、偏执、强迫、精神分裂等方面，其原因大多是学生的心理问题没有得到及时的调适和解决。那么，是什么因素导致大学生心理问题频频出现，并且人数越来越呈上升趋势呢？

（1）交际困难造成心理压力

“踏着铃声进出课堂，宿舍里面不声不响，互联网上诉说衷肠。”这句顺口溜实际上反映了相当一部分大学生的交际现状。现代大学生的交际困难主要表现为不会独立生活，不知道如何与人沟通，不懂交往的技巧与原则。温州市对大学生的调查表明，目前交际困难已成为诱发大学生心理问题的首要因素。

（2）对网络产生过于强烈的依赖性

不少大学生一方面因交际困难而在网络的虚拟世界里寻找心理满足；另一方面也被网络本身的精彩深深吸引。所以，有些大学生对网络的依赖性越来越强，有的甚至染上网瘾，每天花大量时间泡在网上，沉迷于虚拟世界，自我封闭，与现实生活产生隔阂，不愿与人面对面交往。这样久而久之，会影响大学生正常的认知、情感和心理定位，还可能导致人格分裂，不利于健康性格和人生观的塑造。迷恋网络还会使人产生精神依赖性，在日常生活和学习中举止失常、神情恍惚、胡言乱语、行为怪异。

（3）角色转换与适应障碍

大学新生都有一个角色转换与适应的过程，每年刚入学的大学生往往会出现各种各样的心理问题，心理学上将这一时期称为“大学新生心理失衡期”。导致新生心理失衡的原因首先是现实中的大学与他们心目中的大学不统一，由此产生心理落差；其次是新生对新的环境、新的人际关系、新的教学模式不适应，产生困惑而造成心理失调；另外，新生作为大学中普通的一员，与其以前在中学里作为佼佼者的感觉大不一样，这也是导致心理问题的诱因之一。大学新生对新环境不适应，如果得不到及时调整，便会产生失落、自卑、焦虑、抑郁等心理问题，有的学生还会因长期不适应而退学。所以，应该特别注重对大学新生入学后的心理调适，帮助他们度过心理失衡期，成功地进行角色转换。

（4）学习与生活的压力

大学生的学习压力相当一部分来自所学专业非所爱，这使他们长期处于冲突与痛苦之中；课程负担过重，学习方法有问题，精神长期过度紧张也会

带来压力；另外，还有参加各类证书考试及考研所带来的应试压力等。精神长期处于高度紧张的状态下，极可能导致大学生出现强迫、焦虑甚至是精神分裂等心理疾病。生活的压力主要在于学生不善于独立生活和为人处世，还有生活贫困所造成的心理压力。目前，我国高校在校生中约有20%是贫困生，而这其中的5%~7%是特困生。他们中有些人虚荣心太强，经不起贫困带来的精神压力，总觉得穷是没面子的事，不敢面对贫困，与同学相处敏感而自卑，采取逃避、自闭的做法，有的同学甚至发展成自闭症、抑郁症而不得不退学。

（5）情感困惑和危机

当前，大学生对情感方面的问题能否正确认识与处理，已直接影响到大学生的心理健康。影响因素主要有：首先是大学生的性困惑问题，男生因对遗精产生误解而紧张，对手淫认识有偏差而产生犯罪感；女生在月经前后精神紧张，在性意识与自我道德规范的冲突中产生心理矛盾。其次是大学生因恋爱所造成的情感危机，这是诱发大学生心理问题的重要因素，恋爱失败往往导致大学生心理变异，有的人因此而走向极端，甚至酿成悲剧。

（6）对独生子女教育不当造成的后遗症

独生子女群体已成为当前大学生的主体。对独生子女的教育不当而造成的后遗症，是导致大学生心理问题频发的一大诱因。独生子女的任性、自私、不善交际已成为家长、老师及教育界人士棘手的问题，而这些问题往往源于独生子女从小就备受家人的溺爱，缺乏集体合作精神。在溺爱环境中长大的孩子，常会养成许多不良习性，而这些习性则成为诱发心理疾病的原因，使人产生暴力倾向和行为。

（7）家庭及外界环境的不利影响

家庭及外界环境的不利影响也会成为诱发大学生心理问题的因素，比如，不当的家教方式、单亲家庭环境及学校环境的负面影响、消费上的浪费攀比、对贫困生的歧视、学习节奏过于紧张等。

（8）就业压力

近几年来，由于社会竞争的加剧，就业市场的不景气，大学生找工作或找比较理想的工作越来越困难，这对大学里众多高年级学生造成很大的精神心理压力，使他们因焦虑、自卑而失去安全感，许多心理问题也随之产生。

2. 克服“开学恐惧症”

“开学恐惧症”是一种情绪障碍，主要特点是对学校产生恐惧。主要表现为情绪低落，心烦意乱，无缘无故发脾气，浑身疲劳，注意力不集中，记忆力减退，失眠等。应对“开学恐惧症”应注意以下几个方面。

（1）摆正心态，正确定位。大学里群英荟萃，如何摆正心态，冷静地给自己一个正确的定位是非常重要的。大学生既不能盲目自大，也不能自怨自艾；既要肯定自己的

优势，同时也要正视自己的不足，应充满信心地去迎接新的挑战和生活。

（2）具备自立能力。上大学后开始了全新独立生活，衣食住行、饮食起居都要自己去计划安排、统筹兼顾。只有做好自立的心理准备，才能坦然面对大学生活中一系列琐碎的事务，合理支配自己的时间和精力，有条不紊地学习和生活。

（3）学会把握方向。现实生活中的大学已不再是与社会隔绝的“象牙塔”，对物欲的向往、金钱的崇拜，这些社会上存在的不良风气，难免会对校园中的学子产生影响，因此，大学新生更应把握好自己生活的方向，学会自尊、自强、自立。

3. 积极调适不良情绪

不良情绪对人的身心健康有很大的影响，因此，心理学家积极主张对大学生的情绪进行科学指导，并提倡大学生进行自我调节。具体来讲，主要包括以下 5 种方法。

（1）宣泄法。是指引导大学生把自己心中的不良情绪倾吐出来。可以通过剧烈运动、写日记、听音乐来释放心中的恶劣情绪；也可以向朋友、亲人、网友或心理医生倾诉，以获得他们的心理援助；还可以在适当的场所大声喊叫或痛哭一场来化解心中的郁闷。现代医学研究证实：“男儿有泪也要弹”，在不良情绪状态下产生的眼泪含有一定的毒素，必须要哭出来，否则，会影响大学生的身心健康。

（2）转移法。条件反射理论表明，人的各种情绪是可以交互抑制的，健康情绪的产生可以减弱或消除原有的不良情绪。因此，大学生应该主动通过看喜剧电影或小品、听笑话或相声、下棋、听音乐、参加运动等积极行为，转移对自己不良情绪的注意力，从各种不良情绪中走出来。

（3）语言暗示法。是指大学生可以通过语言的暗示作用，来调整和放松心理上的紧张，使不良情绪得到缓冲或消除，如想与他人争吵，动手打人时，暗示自己：“要冷静，千万别动手”或“别做蠢事，愤怒是以愚蠢开始，以后悔告终”；考试紧张时，告诉自己：“沉住气，别紧张，相信自己，会考好的”；当遇到不幸与挫折时，不应该沮丧，而要庆幸地想：“事情原本可能会更糟呢。”

（4）情绪升华法。把受挫而产生的不良情绪引向崇高的境界，将自己强大的心理能量加以疏导，转移到学习、工作或生活中，如失恋时不要自暴自弃，而是全身心地投入学习、工作中，并取得一定的成就。

（5）环境陶冶法。是指情绪低落时，不要把自己封闭起来，要到大自然中去散散步，最好到森林或树林中去（因为那里有丰富的负氧离子，有利于人的健康），体验一下自己与天地为一体的感受，从而愉悦身心、陶冶情操，达到消除不良情绪的目的。

4. 让嫉妒心远离自己

明显的对抗性、指向性、发泄性和伪装性是嫉妒的主要表现，嫉妒会使人际关系紧张，使自己的神经系统功能严重失调，从而给自己的身体健康带来很大危害。对别人产生嫉妒并不可怕，关键是要对嫉妒有一个正确的认知。消除嫉妒心理的良方主要有：一是注意培养宽容、豁达的人生态度，要懂得“天外有天，人外有人”“强中自有

强中手”的道理。二是转移注意力。当我们有很多事可做时，就无暇去嫉妒别人，因此，积极参与各种有益活动，努力学习，勤奋工作，慢慢的嫉妒的毒素就不会滋生蔓延。三是增强竞争意识，正确看待自己。人无完人，其实任何人都有不如别人的地方，当别人在某些方面超过我们，我们可以有意识地想一想自己比对方强的地方，这样心理就会平衡些。

5. 树立正确的恋爱观

大学生由于生理、心理的逐步成熟，都会萌动情愫，坠入爱河。因此，树立正确的恋爱观，对恋爱双方都是一个重要的安全观。

（1）正确对待单相思。单恋多出现在性格内向、敏感、富于幻想、自卑感强者身上。如果得不到合理疏导和调适，就会导致心理失衡，甚至自杀等严重后果。所以，要把单相思放在一个适度的范围。第一，如果单相思把你折磨得非常痛苦，最便捷的方法就是把自己的心事告诉好友，让他们为你出谋划策，或者你还会听到朋友的单相思故事，知道自己的相思路上并不寂寞，这样就会轻松些。第二，如果有勇气就直接表达爱，如果对方接受最好，是喜剧版的单相思；如果得到劝慰，起码还可以做朋友；如果被拒绝，大哭一场或消沉几天也正常；如果得到漠视，那可以尝试用批评的眼光去审视你的相思对象：“她居然如此不懂得爱”，你会发现，这是一种很有趣的体验。第三，尽可能恢复自己的理智与自信。如果被对方拒绝、漠视，应该静下心来清理自己的思维，分析自己是否缺乏自信，多参加一些感兴趣的活动，升华一部分郁积于内心的能量，从而使自己意气风发、情绪高昂，获得自信和自尊；也可以尝试转移空间，避免触景生情，也许走得远些，你会发现“天涯何处无芳草”。

（2）学会排除失恋情绪。面对失恋，大学生必须学会自我调整、自我拯救。可采取以下方法：一是倾诉。失恋者精神遭受打击，被悔恨、遗憾、愤怒、惆怅、失望、孤独等不良情绪困扰，可以用口头语言，也可以用书面文字，主动找朋友倾诉，释放心理压力。二是移情。及时把适当的情感转移到失恋对象以外的人、事、物上。三是疏通。借助理智来获得解脱，由理智的“我”来提醒、暗示和战胜感情的“我”。四是立志。失恋者积极的态度会使“自我”得到更新和升华，全身心地投入工作中，许多失恋者因此创造出辉煌的成就，如歌德、贝多芬、罗曼·罗兰、诺贝尔、居里夫人、牛顿等历史名人都曾饱受失恋的痛苦。

（3）爱情与性不一样。当大学生进入诱人而甜蜜的热恋后，恋人们常常相偎相依，男生容易产生性冲动，进而发生性行为。性行为同时意味着责任和承担，既要为对方负责，也要为自己负责。在婚前性行为之前，请问一下自己，你准备好了吗？第一，对爱要有足够的安全感。第二，要有足够的心理能力承受婚前性行为带来的心理挫折和伤害。第三，要了解避孕等医学知识。第四，如果怀孕，要及时寻求帮助，一定要寻求安全的解决方式。

那么如何健康、安全地度过“性待业期”，并最终“着陆”在幸福的婚姻家庭中呢？第一，解除对性的神秘感。读一些科学介绍性知识的书，增强克制性冲动的能力，减

少对性的神秘感。第二，加强意志锻炼。性冲动时，暗示和提醒自己，要尊重对方；两人多参加一些社交活动，分散对性的注意力，释放性的能量，使爱情升华。第三，感觉对方有性冲动时，减少情意绵绵的话和过分亲昵的动作。第四，女孩子在对方提出性要求时，在表达了爱的情况下，要坚决而直接说“不”。第五，适当采取自慰行为。

6. 珍爱生命，远离自杀

大学生自杀的原因很多，个人的心理素质和对问题的主观态度是最主要的因素。因此，防止大学生自杀的最积极的方法，就是培养大学生健全的人格和良好的心理素质，增强自身抵抗和化解危机的能力。

（1）积极学习心理健康知识。可以通过请教老师、和同学讨论、上网收集资料等方式学习相关的心理健康知识，并将理论和实践有效结合，学会将心理健康知识付诸实际行动。

（2）磨炼自己承受挫折的能力和意志。需要做到以下几点：一是正确认识挫折对人生的影响。每个危机后面都隐藏着一个机会，通过挫折苦难，可以锻炼我们的心理抗压能力、解决事务的能力、协调能力和自控能力等。这些良好的心理素质是我们踏上成功之道、实现自身梦想和价值的必备的心理基础。二是勇敢面对挫折。在挫折、压力面前，应采取正确的应对方式，如倾诉、升华、转移、积极寻求心理辅导老师的帮助等，进行自我心理调整，将压力变为动力，丢掉沉重的心理包袱，朝着自己的人生目标轻装前进。

（3）热爱专业知识，积极参加社会实践活动，培养广泛的兴趣爱好。大学生应珍惜大学期间的学习机会，热爱专业知识，可通过广泛阅读各类书籍找到自己的兴趣爱好所在，并注重培养自己专业的深度和知识的广度。大学里有各种各样的社团组织，大学生可通过参加各类社会实践活动锻炼自身的处世能力，学会处理人际关系，最重要的是学会做人做事，为以后踏上就业之路积累相关的经验。具有广泛兴趣和幽默感的学生，能够从多方面感受生活的乐趣，当某方面遭受挫折时，能够从别的活动中寻找精神寄托，冲淡消极情绪。

3.2 建立和维护良好的人际关系

人们常说，在家靠父母，出门靠朋友。当今社会环境中，人际交往是每个大学生必修的社会课程，良好的人际关系能使大学生走上社会快速适应，打开工作局面。

● 身边案例

◆林某，女，20岁，是北京市某高校通信工程专业二年级学生。身体羸弱、情绪消沉、说话低声细语，羞怯而不自然。她自称经常无法入睡，睡眠质量很差，无法坚持学习，心情很糟糕。经仔细询问深谈才知道她与同学关系不和，

致使自己孤独苦闷。林某来自河南省一个偏僻乡村，父母均是农民，母亲积劳成疾，患有多种慢性病，家庭比较贫困，姐弟二人。她性格内向，不善言语，喜欢独来独往，很少与人交往。但她从小很节俭，从不与同学攀比，学习刻苦，成绩优异。然而自从上大学之后，她发现以前的生活方式完全不适合大学生活。她想融入班集体中，却不知道如何与人交往，怎样处理宿舍同学之间、班级同学之间的人际关系，这使她伤透了脑筋。一年多来，她和班上同学相处很不融洽，跟同宿舍人曾经发生过几次不小的冲突，关系相当紧张。她经常独来独往，基本上不和班上同学交流，集体活动也很少参加，与同学的感情淡漠。她觉得自己没有一个能相互了解、谈得来的知心朋友，常常感到特别的孤独和自卑，长期的苦恼和焦虑使她患上了神经衰弱症。经常的失眠和头痛使她精神疲惫，体质下降。她本想通过埋头学习的方法来减轻痛苦，然而，事与愿违，由于她学习时很难集中精力，效果很差，成绩急剧下降，后来竟出现考试不及格的现象。她感到恐慌，失去了坚持学习的信心。这种心理使她逐渐对大学生活失去了兴趣，迷失在自己编织的网中，一度出现自暴自弃的现象。

◆张某是某高校大三女生，是校学生会干部，在宿舍里和舍友们关系不太好，但却对学生会的工作很投入，常常以办公室为“家”，平时，为了不影响舍友休息，她经常中午就洗澡洗衣服，做完一切杂事，午觉起来后就离开宿舍，直到深夜才回到宿舍，一天中仅有午休、晚上睡觉时才在宿舍，与室友基本没有什么交流。室友们嫌她深夜回来刷牙出出进进弄出响声影响大家休息，就合伙“整”她，她和室友们的摩擦不断。有一次她患了感冒，身体特别的虚弱，那天深夜，她又因鸡毛蒜皮之事和某室友吵起来，吵得声嘶力竭，千万委屈齐上心头，一气之下竟昏迷过去，被室友们送往校医院。但醒后她一夜未眠，第三天中午她上街买了农药，19 时服药，幸亏被及时抢救才免去一场大祸。据室友讲，在这之前，她把所有衣服洗得干干净净，东西收拾得整整齐齐，一双来不及洗的鞋也装好锁了起来。

1. 人际交往的建立

建立良好的人际关系主要应当注意以下几个方面。

（1）重视第一印象。第一印象并非总是正确的，但却是最鲜明、最牢固的，并影响着双方交往的过程。

◆ 经验推介

大学生人际交往的原则

（1）正直原则

在大学的交往中要养成正确、健康的人际交往习惯，营造互帮互学、团结友爱、和睦相处的人际关系氛围。绝不能搞拉帮结派，酒肉朋友，无原则

和不健康的人际交往。

（2）平等原则

交往必须平等，平等才能深交，这是人际交往成功的前提。人际关系的根本特征就是平等，这是社会进步的表现。贯彻平等原则，尊重不是单方面的，而是取决于双方，既要自尊，又要彼此尊重。

（3）诚信原则

在和同学交往中，以诚相待、信守诺言。一方面，要真诚待人，既不当面奉承人，也不在背后议论人，要做到肝胆相照，襟怀坦荡。另一方面，言必行，行必果，承诺的事情要尽量做到，这样才能赢得别人的信任，彼此建立深厚的友谊。

（4）宽容原则

在与同学相处时，应当严于律己，宽以待人，接受对方的差异。俗话说，“金无足赤，人无完人”。交往中，对别人要有宽容之心，斤斤计较，苛刻待人，或者得理不让人，最终都会被同学疏远。

（5）换位原则

在交往中，要善于从对方的角度认知对方的思想观念和处世方式，设身处地地体会对方的情感和发现对方处理问题的独特个性方式等，从而真正理解对方，找到最恰当的沟通和解决问题的方法。

（6）互补互助原则

大学生在经济生活上还没有独立，依然处在以学为主的学生时代，因此互补互助原则主要体现在精神领域。往往我们会发现不同气质、性格和能力的人能够相处配合得较好，而能力非常强的两个人倒并不一定能够配合相处得很好。

（2）学会主动与人交往。人际交往的成功与人的主动性程度有很大关系。主动的一句问候可以增进彼此间的感情。不能只扮演交往的响应者角色，也应做交往的始动者。

◆ 经验推介

孔子的交友规

孔子曰：“益者三友，损者三友。友直，友谅，友多闻，益矣；友便辟，友善柔，友便佞，损矣。”

（1）“益者三友”，即友直，友谅，友多闻

①“友直”。直是指正直。这种朋友为人真诚、坦荡、刚正不阿，有一种朗朗人格，没有一丝谄媚之色，他的人格可以影响我们的人格。他可以在我们怯懦的时候给我们勇气，也可以在我们犹豫不前的时候给我们果决。所以这是一种好朋友。

②“友谅”。《说文解字》说：“谅，信也。”信，就是诚实。这种朋友为人诚恳，不虚伪。与这样的朋友交往，我们内心是妥帖的、平稳的，我们的精神能

得到一种净化和升华。

③“友多闻”。这种朋友见闻广博、见多识广、博学多才。当你在一些问题上感到犹豫彷徨、难以决断时，不妨与这样的朋友交流，也许他的博学就可以帮助到你。

《论语》中的“益者三友”,就是正直的朋友、诚实的朋友、博学多才的朋友。

（2）“损者三友”，即“友便辟，友善柔，友便佞”

①“友便辟”。这种朋友是指专门喜欢谄媚逢迎、溜须拍马的人。我们在生活中经常会碰到这样的人，你说的什么话，他都会说“太精彩了”，你做的任何事情，他都会说“太棒了”，他从来不对你说“不”，反而会顺着你的思路，接着你的话茬，称赞你、夸奖你、赞美你。这种人特别会察言观色、见风使舵，细心体会你的心情，以免违逆了你的心意。“友便辟”和“友直”正好相反，这种人毫无正直诚实之心，没有是非原则，只会一味地溜须拍马。

②“友善柔”。圣人所说的“友善柔”，意思是说，这种人是“两面派”，当面不讲，背后乱讲，开会不讲，会后乱讲，唯恐天下不乱，到处传播不良的小道消息。他们当面和颜悦色，恭维、奉承你，但背后却传播你的谣言、恶言诽谤你。在张三面前说李四的坏话，又在李四面前说张三的坏话。这种人虚假伪善、阳奉阴违，与“友谅”所指的诚心坦荡正好相反。这是真正的小人、伪君子，是心理阴暗的人。辨识这种人是在考验我们的眼光，考验我们知人论世的能力。

③“友便佞”。佞是指言过其实、夸夸其谈的人。这种人与“友多闻”有着鲜明的区别，他们没有真才实学，而且夸夸其谈，也就是说，他们都是巧舌如簧却腹中空空的人。

“损者三友”，就是谄媚拍马的朋友，两面派的朋友，还有那些夸夸其谈的朋友。这样的朋友千万不能交，否则我们将付出惨重的代价。我们要特别警惕这样的“朋友”。

（3）学会移情。移情是指人们的感情相互联系，包括相互理解、同情、设身处地为他人着想。移情是沟通人们内心世界的情感纽带。

（4）学会赞美。心理学家认为，每个人都是天生的自我中心者，都希望别人能承认自己的价值，支持自己，适时的赞扬可以增进彼此的吸引力。

（5）避免争论。人际交往中不免会发生冲突和矛盾，无论在争论中谁赢谁输，双方都会感到不适。当发现别人错误时，不要直接批评、责怪和抱怨别人。与人交往的效果不在于我们说了什么，而在于如何说。

（6）克服嫉妒心理。具体内容见 3.1 节“心理健康安全”部分。

2. 人际交往的维系

人际关系的重要在于维系，只有维系好感情，才能成为长久的朋友。

（1）要学会避免争论。大学生之间喜欢争论是很正常的事，有些争论往往都以面红而赤和不愉快而结束，让双方都很不舒服，更何况争论往往会演化成直接的人身攻击，赢者当时可能获得一种心理满足，但很快会被人际关系恶化的阴影所笼罩，一时的满足心理会变得烟消云散。输者的心理挫折感更加强烈，往往会演化成直接或间接的人身攻击，对于人际关系是十分不利的，争论的结果往往是两败俱伤。因此，希望大学生在解决观点不一致问题时，最好采用讨论、协商、换位思考的方法而不是争论。

（2）不要直接批评、责怪和抱怨别人。任何自以为是的批评都会招致别人的厌烦，损伤他人的自尊心和自我价值感，尤其是会使他人一时面子上感到难堪。大学生要学会用提醒别人的方式，变直接批评、责怪和抱怨为间接的暗示和提醒，效果会好得多。

◆ **温馨提示**

卡耐基的批评艺术

下面为大家分享9种变批评为夸奖的方法。

（1）先夸后批

先夸后批就是先夸奖，再指出不足之处。

（2）以夸代批

直接批评，容易让人发怒；夸奖，会让人高兴。夸奖能起到规劝作用，又能保留对方面子。这就是以夸代批的魅力。

（3）变批为夸

2011年，电影《战国》拍完后，孙红雷在接受采访时说，这部电影自己的表演只能打20分。此话一出，业界一片哗然。分数这么低，怎么吸引观众去电影院观看？后来导演在宣传活动中接受采访，被问到这个问题，导演说："孙红雷自评20分，说明他是一个对自己要求很严苛的演员，永远只能看到自己不好的地方，跟自己较劲。如果观众好奇他为什么只给自己打20分，那就不妨去影院一探究竟。"导演的这番话，不但夸奖了孙红雷，而且激起了观众的好奇心来看《战国》，这种变批为夸的方法一举两得。

（4）明夸暗批

下级劝阻、批评上级时，可以采用明夸暗批法。三国时期，孙权后期接受不了大臣的意见，要杀劝谏的大臣。刘基反应敏捷，回应道，曹操杀孔融，杀害士人，天下人一致谴责。大王推行礼仪，想和尧舜相比，怎么能相提并论呢？这番话正中孙权下怀，免去了大臣的杀身之祸。

（5）先抑后扬

先抑后扬就是先指出一个人的缺点，再夸他的优点。莫言评价老朋友张艺谋的《归来》，说故事老套，是先抑；再说这是一部直指人心的好电影，后扬。让听众听起来客观，不会有互相吹捧之嫌。

（6）幽默代批

有个小女孩无意间把狗带进了商场，小女孩对于严禁携带宠物入内的禁

令毫不知情，被商场保安看到后，保安摸了摸小狗的头说:“小家伙，我们这是不准小狗带小女孩进来的，下不为例哦，离开的时候千万别忘了带走你身边的小女孩！”一句幽默的话，既消除了小女孩的自责，也达到了教育的目的。

（7）期望代批

用期望代替批评，委婉地让人明白自己的不足和应该改进的方向。

（8）你夸他，他自批

你夸他，他自批就是你夸奖他，让他自己批评自己。

（9）贬己代批

通过批评自己，来含蓄地提醒对方，让对方意识到自己的错误。

（3）勇于承认自己的错误。勇于承认自己的错误是人际关系的润滑剂。虽然承认自己的错误是一种自我否定，但承认自己的错误会给你带来巨大的轻松感，承认自己的错误会使自己产生道德上的满足感，承认自己的错误还是责任心的表现；另外，对他人也具有心理感召力量，在此情境中人际僵局会就此被打破。

3. 正确把握好异性交往的尺度

当前社会发展速度日益加快，尤其体现在通信方式。异性大学生彼此交往不仅仅局限于面对面交流，还可通过微信、QQ 等社交软件来进行交流。一是把握尺度，不能随便过分亲昵，这会显得非常轻佻，引起别人强烈的反感，很容易造成不必要的误会。二是选择适当的交往方式，必须了解用什么方式与对方沟通才是最有效的，而不是一味妥协和迁就对方，或者总是要求对方容忍自己。三是交往的态度要严肃，要知道自己跟对方是什么关系，应保持怎样的距离才恰当。四是女性在交往过程中要自尊，要学会保护自己，并具备相应的防范意识，不要贪图小便宜。

◆ **温馨提示**

55% 的男生“与异性同学相处有困难”

2014 年，由第三方教育数据咨询和评估机构麦可思进行的一项调查显示，21% 的被调查大学生遇到人际关系问题，女生、农民与农民工家庭及独生子女学生更易“与室友相处不融洽”。仅有 12% 的学生对自己与室友的关系表示很满意，28% 的学生表示比较满意。近四成的学生认为自己与室友的关系不够融洽。

麦可思调查显示，参与调查的 2013 级（大二）学生中，有 21% 的新生遇到了人际关系问题（本科为 20%、高职高专为 21%）。男生 55% 遇到“与异性同学相处有困难”问题的比例高于女生 12 个百分点。在室友关系上，非农民与农民工家庭新生（26%）和独生子女家庭新生（27%）的问题明显。非农民与农民工家庭子女和独生子女往往缺少与同辈“住同一屋檐下”的经历，交往中更可能因为缺乏宽容和理解而与室友相处困难。

约三成受访学生上网时间明显多于与宿舍同学交流的时间，超四成大学

生两者所花费的时间大概相同，仅24%的学生花在和室友相处的时间多于上网时间。遇到与室友的冲突如何处理呢？4%的学生会选择直接发生争执甚至大打出手，16%的学生会选择嘲笑、讽刺或造谣中伤室友，32%的学生会选择与之“冷战”，36%的学生会出现争吵但能很快和解。仅有12%的学生会理性分析，主动寻求和解。此外，74%的受访学生认为与室友的关系处理不好和大学生自身人际交往技能缺失有关；84%的被调查学生认为和宽容心有关。

4. 远离人际交往不良嗜好

吸烟、酗酒、吸毒、黑社会组织等不良嗜好严重影响了正常的人际交往，而且往往会带来严重的后果，当代大学生应当远离这些不良嗜好。

（1）吸烟。许多人开始吸烟纯粹是因为社交上的应酬。办事前，首先给对方敬上一支，随后自己再点上一支；别人给你敬烟，不接受显得不礼貌，随着这种“礼尚往来”增多，慢慢地加入吸烟者行列。因此，大学生要明白吸烟的危害，采取其他社交手段，尽量不要吸烟。

（2）酗酒。人际交往过程中，饮酒往往也是一种交际手段。大学生互相敬酒能沟通感情，产生心理上的接近，有利于问题的解决，慢慢地就对酒精产生了依赖。大学生日常交往中，适当饮酒是允许的，但不要经常酗酒，要知道酗酒的危害。

（3）吸毒。现在社会常有一些不法分子诱导大学生吸毒，引诱大学生步入歧途，吸毒者结局多是家破人亡或被关入戒毒所。预防吸毒，主要是不断提高自身的综合素质和能力，构筑起抵御毒品侵袭的铜墙铁壁。做到10个“千万不要”：千万不要因盲目猎奇而吸毒；千万不要因寻求刺激而吸毒；千万不要因贪图享受而吸毒；千万不要因消愁解闷而吸毒；千万不要轻信吸毒者的谎言；千万不要听信吸毒能治病的谬论；千万不要在吸毒场所多停留1秒钟；千万不要接受涉毒人员馈赠的食品（包括香烟）；千万不要结交有吸毒行为的人；千万不要与贩毒人员有任何牵连。

（4）黑社会组织。黑社会组织往往以暴力、威胁或者其他手段，试图在一定区域或行业内形成非法控制或重大影响，以达到获取垄断性经济利益的、有组织的犯罪团伙。有个别学生在低俗文化的影响下，以江湖义气为个人生活准则而深陷其中。因此，大学生要做到：第一，最重要的是要提高自身的思想政治道德修养，端正自己的世界观、人生观和价值观。第二，增强法律意识，学会抵制诱惑。简单来讲，黑社会的诱惑就是有钱赚，有娱乐，有威风。第三，纠正个人不良交往。学会明辨是非，学会看人，多交益友，拒交损友，不需要跟别人称兄道弟，只需跟朋友以心交往。若在一群朋友中发现其中有人加入黑社会组织，应该学会与他保持一定距离，尽量少与这类人打交道。第四，纠正自己的不良嗜好，远离舞厅、网吧、夜总会等场所。

5. 人际交往障碍的克服

人际交往障碍主要有人格障碍、认知障碍、情感障碍等，克服人际交往障碍主要

从以下几个方面入手。

（1）合理宣泄。情绪是需要发泄的，否则情郁于中，很容易引发心理问题。在交往过程中产生不愉快的情绪时，不要将其积压在心里，而应通过合理、恰当的方式发泄出来。如向朋友、老师、家长或日记本倾诉得以安慰与指导；在无人处大叫大喊，高声唱歌。

（2）换位思考。将心比心、设身处地是达成理解不可缺少的心理机制。客观上要求我们将自己的内心世界，如情感体验、思维方式等与对方联系起来，站在对方的立场上体验和思考问题，从而与对方在情感上得到沟通，为增进理解奠定基础。

（3）宽容待人。宽容是朋友之间最和谐的桥梁。双方不妨真诚地说出对方的缺点，互相包容与改正。

（4）真诚待人。在交往中当对方感受到你的真诚，便也会真诚对你，形成良性循环，真诚能够使我们广结善缘，使人生立于不败之地，能够缔造幸福美满的人生。

（5）充分实践，改善交往方式。良好的人际关系是在交往中形成和发展起来的。大学生从入校的第一天起，只要注意加强交往的实际锻炼，良好的交往能力就一定能形成。如和一些不熟悉的人交往时，可以从一般的寒暄开始再转入一般性话题，然后转入双方感兴趣的、触及个人利益的话题，最后便可随便交谈起来。

（6）培养良好的交往品质。一是真诚。真诚的心能使交往双方心心相印，彼此肝胆相照，真诚的人能与交往者的友谊地久天长。二是信任。在人际交往中，信任就是要相信他人的真诚，从积极的角度去理解他人的动机和言行，而不是胡乱猜疑，相互设防。三是克制。与人相处，难免发生摩擦和冲突，克制往往会起到“化干戈为玉帛”的效果。但克制不是无条件的，应有理、有利、有节。四是自信。在人际交往中，自信的人总是不卑不亢、落落大方、谈吐从容，容易获得他人的信任。培养自信要善于“解剖自己”，发扬优点，改正缺点，在社会实践中锻炼自己，使自己尽快成熟起来。五是热情。在人际交往中，热情能给予人温暖，能促进人的相互理解，能融化冷漠的心灵。因此，待人热情是沟通感情，促进人际交往的重要心理品质。

● 安全思考

（1）如何建立和维系良好的人际关系？

（2）总结一下人际交往中有哪些技巧。

（3）怎样把握好与异性交往的尺度？

（4）怎样才能克服人际交往障碍？

3.3 网络交往安全

互联网，特别是移动互联网的出现拓展了人们的交往空间，也因此改变了某些人的交友方式。但是，一些人迷恋于虚无缥缈的网上世界去结识自己的“朋友”或“知己”，

在未曾谋面，根本不了解对方的情况下便敞开心扉，无所不谈，将自己的隐私、家庭住址、家人情况等毫不隐瞒地告诉网友，甚至邀请网友见面或到家中做客。在网络的另一端，有时虽连接的是友情，有时却可能连接着危险。网上交友陷阱多，要慎之又慎。上网与他人交往时一定要有戒备之心，切莫轻信他人。

● **身边案例**

◆ 23 岁的玲玲是湖北省某医药大学的在校学生，2010 年下半年到郑州市某医院实习，其间通过网络认识了一个名叫“回家的人”的网友。网友自称叫罗占，是干部子弟。两人很快谈起恋爱。其间，罗占以各种理由骗取玲玲 8000 多元钱。直到罗占手机停机，玲玲才赶紧报警。化名罗占的任某归案。原来，任某只是郑州市某建筑工地上的一名电工。谁知，任某被抓后，玲玲想起两人在一起的日子，很想念任某，为了能和任某继续交往，玲玲甚至恳求检察机关能撤回起诉。9 月 8 日，郑州市金水区法院审结了这起诈骗案，金水区法院以诈骗罪判处任某拘役 4 个月，并处罚金 8000 元。

◆ 2011 年 11 月，正在河北省某大学上大三的王波（化名）通过网络认识了自称苏婕的洛阳市女孩，通过网聊得知，苏婕今年 23 岁，在洛阳市某学院上学，父亲是部队的军官，母亲是某医院医生。通过视频，王波一见倾心，聊了一个多月，王波委婉地提出了见面要求，没想到苏婕爽快地答应了。不久，两人坠入爱河，在校外租房同居。寒假里，王波还带着女友回了老家。2012 年 2 月，苏婕以订婚为由向王波要了订婚费 1 万元。寒假过后，两人又一同返回学校，苏婕成了王波的陪读女友，其间，苏婕又以自己父亲出事为由，向王波要了 14000 元并将其笔记本电脑拿走。2012 年 7 月，王波及家人提出要和苏婕家人见面谈论婚事，一家人到了洛阳市以后，被苏婕安排到一个高档酒店，可左等右等，不见女友的踪影，方知受骗。报警时，王波除了知道苏婕的名字和 QQ 号以外，竟然无法向警方提供任何有价值的信息。警方抓住苏婕后，王波这才得知其真实姓名为刘娟（化名），今年已经 36 岁，离过两次婚，而且有多次犯罪前科。法院审理后认为，刘娟以非法占有为目的，采取虚构事实、隐瞒真相的方法骗取他人财物，数额较大，其行为已经构成诈骗罪。刘娟在被判处有期徒刑，刑罚执行完毕后五年内又犯新罪，系累犯，应当从重处罚。最终法院以诈骗罪，判处被告人刘娟有期徒刑两年，并处罚金 2 万元。

1. 大学生网络交友的特点与途径

（1）大学生社交诉求。马斯洛的需要层次理论认为，在人类的各类需要中客观存在着一种社交需要，它属于一种心理层次的高级需要。处于青年时代的大学生正处于思维活跃的发展阶段，需要更为宽阔的社交圈来满足自己的需要，提高自身的沟通能力与技巧，认识物质世界和心灵世界。

（2）大学生缓解自身压力的需要。大学生要面对来自社会、就业、家庭、学校等多方面的压力，但由于自身学习的深度和广度不能完全应对如此多的压力，他们需要一个缓解压力的空间，渴望得到别人的理解和认同，而网络交友恰恰能满足他们的需要。通过网络交友可以使他们找到倾诉对象，宣泄心中的不悦，进而达到缓解压力的目的。同时，心理学也表明，一些敏感的或隐私的问题，人们更倾向于对陌生人倾诉，因为“真实身份的丧失”更有利于倾诉。

◆ **温馨提示**

交友的网络特点

（1）虚拟性

在一定程度上，网络交友可以打破现实条件的限制，人们可以通过网络交友这样的方式开阔视野，拓展私人空间，避免现实交往中的矛盾和冲突。

（2）扩大性与广泛性

在现代社会中，网络恰恰能给孤单的人们带来与外界人群交流渴望的客观满足。通过这种方式可以与不同的人进行交流与交往，具有人群中的扩大性与广泛性。

（3）便捷性与可操作性

随着科技的进步，网络显得尤为便捷，可操作性非常强，人们只需轻轻敲击键盘或利用移动设备就可以获得大量的信息，当然也包括网络交友，这样就消除了现实交友带来的困扰。

（4）保密性

利用网络平台，人们可以在充分自由的情况下满足自身心理需要与精神的愉悦。

（3）大学生网络交友的途径。随着网络技术的提高和推广，人们能通过更多地方式和途径来参与网络交友活动：一是通信类，如QQ、微信等；二是社区论坛类，如在许多网站设有社区论坛，在其中有交友栏目；三是婚恋交友网站类，如百合网、世纪佳缘网、珍爱网等。

◆ **温馨提示**

网络交友对大学生的影响

（1）积极影响

主要表现在：一是网络交友为大学生开拓了一个更为广阔的交际领域，打破了现实生活的交际限制，丰富了交流方式，满足了大学生对社会交际的需要，使他们有机会接触到更多的新鲜事物，开阔自己的视野。二是网络交友为大学生提供了一个平等交流的平台，消除了现实生活中社会地位的差别，可以消除大学生对现实交往的顾虑，逐渐实现更为平等的交流。三是通过网

络交友可以使大学生找到倾诉感情的对象，宣泄心中的苦闷之情，缓解其面对的各种压力，使孤寂的心灵得到一定程度上的抚慰。四是通过网络交友可以使大学生找到志趣相投的好友，在兴趣方面得到更好地沟通与交流，相互促进，进一步实现互赢。

（2）消极影响

主要表现在：一是一些意志薄弱的大学生花费大量的精力沉溺于网络交友中，导致学习成绩下降，最终荒废学业，亲手葬送了曾经的梦想。二是因为网络具有虚拟性，而有些学生则在虚拟世界中不能自拔，只注重网上交友，忽视了现实生活中与周围朋友的交往，更有甚者发生网恋，使现实人际关系变得紧张，不利于社会人际交往的发展和提高。三是一些不法分子利用大学生单纯、真诚的特点，通过网络交友进一步确定对方身份，了解更全面的个人信息，达到敲诈、骗财、骗色的目的。

2. 网络交友提醒

网络交友陷阱多，要慎之又慎。上网与他人交往时一定要有戒备之心，切莫轻信他人。

（1）增强个人信息自我保护意识。填写注册信息时，除了网站要求公开的基本个人信息外，为了安全考虑，不要泄露任何真实的隐私信息。需要注意保护的信息有真实姓名、住宅电话、手机号码、办公电话、家庭住址，或者任何可能让他人直接找到你的信息。对试图得到私人信息的人保持警惕。如果有些人不停地向你索取私人通信方式，或者主动提供给你 QQ 或电话。此时一定保持冷静，慎重对待这种局面，并做出理性选择。

（2）掌握网络交友的广度和深度。从广度上，因涉及性别、地域、民族等方面的差异，应有意识地在合适范围内网络交友；从深度上，网上的交友网站很多，超过一半是很色情的，上这些网站交友的人要找的不是朋友而是性伴侣，所以请小心选择，不要糊里糊涂就发出一个征友广告。

（3）慎重与网友见面。在与网友了解不深刻，交往不深时，不要急于与对方见面，以防止对方单纯以追求性为目的的意外事件发生。

（4）请勿和网友发生借贷关系。社会新闻中常常看到被网友骗取财物的事件，切勿和网友发生钱财或者物品的借贷关系。哪怕借钱给比较熟悉的网友，也务必留下凭据，以免发生不愉快的事情。

◆ 温馨提示

约见网友注意事项

不要轻易与网友见面。如果一定要见，请务必注意以下几点。

（1）大多数的网友被侵害案件，发生在双方认识 3 个月以内。也就是说，

尽量不要与刚认识不久的网友见面。如果对方真的尊重你，不会没有耐心的。

（2）如果对方没有经过认证，请一定不要见面。

（3）不要选择偏僻或人少的地方作为见面地点，尽量选择在双方熟知的公共场合。

（4）控制首次约会的时间，坚持自己回家。掌握好首次约会的时间是非常明智的，不要忘记早些回家，让家人放心。约会尽量选择在白天，时间为2个小时左右。

（5）事先告诉你的好友或家人，你要见的人的名字、电话，还有见面的地点，以及大致回来的时间。方便的时候，最好带一个家人或朋友一起与网友见面。

（6）只带零花钱，而不要带多余的现金以及银行卡在身上。

（7）在充分相信对方之前，不要告诉对方你的详细住址。

（8）与网友见面过程中，如果发现异常，请立即乘车离开或进入人多的地方。

3. 网络交友危机应对

网络交友过程中，遇到危机时，要沉着冷静应对。

（1）时刻保持警惕，不要轻易信任他人。除非你和对方已经有很长时间的交往，而且建立了一定的信任，否则轻易不要与对方约会。有时候直觉会欺骗一个人，尽量多沟通，尽量拖延约会时间是对自己最好的保护。发现网友对自己不怀好意、动手动脚或有越轨行为时，要严厉拒绝，大胆揭发其阴谋或罪行，及时报警。

（2）保持平常心，提醒自己正在做什么。你可以通过社区迅速找到与自己适合的好友，并迅速成为朋友。但是当你想进一步加深关系前，回顾一下自己的交友过程，并反思自己想要得到什么。不要强迫自己做使自己或他人不愉快的事情，不要过早过快地投入自己的感情。尤其是在约会前，慎重考虑。女同学与男性单独交往时，要理智地、有节制地把握好自己，尤其不能过量饮酒。

（3）约会时要察言观色。你不可能通过网络了解一个人的真实背景或真正性格，所以约会时察言观色是加深对对方感性认知的好时机。随时观察对方的任何特征：吹牛、叹气、挥舞手脚、过激举动、眼神、表情等，建立正确客观的第一印象对你们今后的关系发展大有裨益。对骚扰者高声呵斥，言辞要强硬，声音越大越好，以泼辣的姿态将其吓退。如果对方仍纠缠不休，可趁机抓些硬物在手，诸如梳子、钥匙、瓶子等防身。

（4）把握时机，快、准、狠地打击犯罪嫌疑人要害部位，并乘机逃离险境。

（5）记下其相貌特征和穿着打扮，脱险后，马上打电话报警，向警方详细描述匪徒的情况。

（6）注意设法在犯罪嫌疑人身上留下印记或痕迹，以备追查、辨认案犯时作为证据。

◆ 温馨提示

网络约会交友谨防四类人

（1）游戏感情者

这类人专门借助网络约会交友的虚拟性藏匿混迹在各类交友网站，性别亦男亦女，并不真与网友见面，通常只在约会交友中欺骗感情并不涉及钱财及其他。

应对招式：多做饱经风霜、凄苦踌躇态，约会的时候见招拆招。

（2）骗财型

在约会聊天的过程中不断打探穿衣品牌、月收入或消费金额、家庭经济情况等，一旦确认对方家境富足或个人收入不俗，便提出约会见面的要求，进而通过抢夺、诈骗等手段来诈取钱财。

应对招式：约会交友过程中装穷是必胜招，说完打着交友幌子的多数骗子会掉头就跑。

（3）骗色型

多发生为男性欺骗女性，通常用三种方式迷惑对方，一是自称超级帅哥或我很丑但很温柔；二是伪装成浪漫、温柔、体贴型；三是自称富家子弟。利用这些伪装诱骗一些不谙世事或贪慕虚荣的年轻女性，甚至未成年女性。

应对招式：提高感情防范意识，即便是谈得投机相约见面时一定要告诉家人自己的去向，最好能在好友的陪同下在热闹的公共场合见面。处于不同的城市，女性一定要挑选在自己所在的城市，在亲人或好友的陪同下与其约会见面。

（4）骗财骗色型

综合利用前两种手法，在约会交友的过程中欺骗缺乏自我防范意识的网友。更有甚者借此对被骗网友实施恶性抢劫。

应对招式：结合前述两招即可。

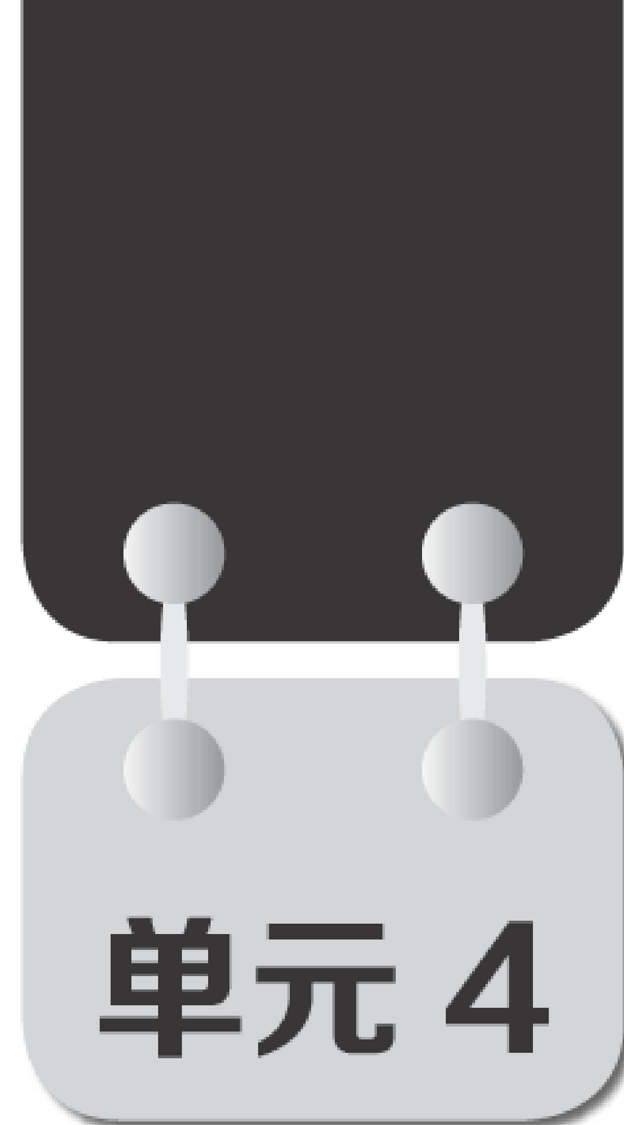
总之，首先要有防范意识，不能没有戒备地在网上约会，特别是不能心存占便宜的心理。其次，一旦与网友见面时被骗，要立即拨打110报警，警察能为受害人保全相关证据，有利于案件的侦破。最后，人们只有通过自律才能避免掉入陷阱。在上网的时候，不要沉迷于不轨网友那些不健康言辞之中而不能自拔。

● 安全思考

（1）大学生怎样选择合适的网络交友方式？

（2）如何规避网络交友的潜在危机？

（3）如果在网络交友中遇到危险，如何有效应对？



课外活动安全

大学生除了必需的课业学习活动外，还经常参加一些课间活动、集体活动、课外生活、宿舍活动、社团活动等，如何在这些活动中保证安全，也是每个大学生日常遇到的安全课题。



4.1 课间活动安全

相较于课堂而言，在课间休息时间，学生的活动场所更为开放，活动的自由度也更大，所受的纪律约束更少，加之在课堂学习压力短暂解除后，学生往往表现出极大的兴奋感，易让学生的管理难度加大。学校如果缺乏相应的制度，对学生的课间活动缺乏有效的监督和管理，那么发生安全事故的概率将会大大增加。

● 身边案例

◆ 2013 年 6 月 20 日 14 时，英国足球明星贝克汉姆来到同济大学，随后前往操场，准备与同济大学校足球队和申鑫青年队互动。此时，数千名球迷已经将操场围得水泄不通。而能够进入操场的，只有一扇铁门。在贝克汉姆艰难挤进铁门之后，安保人员试图关门，将球迷拦在外边。但人群一拥而上，通过了铁门。由于通过铁门后有个斜坡，加之后边人群不断向前冲，安保人员在试图阻拦时几个人被推倒，发生踩踏事件，造成至少 5 人受伤。有记者看到，有几个年轻女孩在现场哭泣，鞋掉了。有一个中年男性，看样子是有些头晕，瘫坐在操场上。在受伤人员中，包括 3 名安保人员，一名男性安保人员受伤比较严重，他被推倒后磕掉门牙，脸上有血迹。此外，另有 2 名学生受轻微伤，多人崴脚或被擦伤。两辆救护车随后赶到了现场，对现场伤员进行了紧急救治。有多名警察将现场广告牌改成担架，用来抬送伤者。而贝克汉姆在操场仅仅亮相了 5 分钟，便匆匆离开。为避免局面进一步恶化，贝克汉姆方面决定及时结束此次“同济行”。贝克汉姆的保安努力围成一个圈，快速将他护送上了旁边一辆工作人员的大巴。从贝克汉姆步出轿车到返回大巴仅耗时 7 分钟左右。但球迷们依然未曾散去，围堵着大巴继续尖叫着贝克汉姆的名字，大巴只能缓缓向校门口驶去。最终，贝克汉姆离开了，混乱才逐渐平息。

1. 课间安全活动的安全隐患

从以往的经验教训来看，课间活动发生安全事故的“高危行为”和“高危区域”有一定的规律性，只要对特定的区域加强巡视，对特定的行为加强安全教育和检查，通过采取有针对性的防范措施，就可最大限度地避免安全事故的发生。

（1）容易引发课间安全事故的“高危行为”。

一是奔跑追逐。由于受场地限制，课间时间大学生在奔跑追逐时容易碰到课桌椅、门、墙或其他同学，导致自己、他人摔伤或因磕碰硬物而受伤。在奔跑中猛然回头、转身或变向，则容易与他人发生触碰而受伤。

二是玩弄危险物品。一些大学生违反规定，携带打火机、管制刀具、剪刀、弹弓

等危险物品进校园并在课间玩耍，或者手持小刀、露出笔尖的笔具进行比画、玩弄，在不经意间很容易伤及自己或他人。

三是做危险性游戏。某些具有一定危险性的游戏，如叠罗汉、跳山羊、斗鸡、背人和拐推人等，若在没有教师监督和保护的情况下玩耍，很可能会发生意外。

四是吵架、打架等敌意行为。大学生之间因小事发生矛盾，从吵架发展到大打出手，这样的情况并不少见。

五是跳台阶、攀爬高处。一些大学生在课间玩耍时跳台阶、跳桌椅或跳乒乓球台，或者攀爬课桌、窗台、护栏、篮球架、树木，或者骑着栏杆扶手滑行，都很危险。

六是拥挤。课间休息时，大学生在人群密集的教室门口、楼梯或卫生间门口等空间狭小的通道处快速行走、推人或者相互拥挤，一旦发生学生摔倒，往往容易引发群体性踩踏事件的发生。

（2）容易引发课间安全事故的“高危区域”。

一是教室。课间休息时，有很多学生仍然会选择在教室。由于教室摆放了较多的课桌椅，供通行的过道面积有限，学生在游戏、打闹过程中很容易因磕碰或摔倒而受伤。

二是楼梯。大学生在楼梯的扶手上骑行，上下楼梯时打闹、推搡，在行人众多时相互拥挤，都有可能导致安全事故发生。

三是单杠、双杠等室外体育器材摆放处。在没有教师在场帮助和保护，大学生自行在单杠、双杠上活动有可能发生意外。

四是卫生间门口。大学生在课间休息时集体上卫生间，如果急速进出则容易因磕碰、拥挤而受伤。

五是楼道、操场。楼道是学生通行、活动的场所之一，操场是大学生重要的活动场所，课间休息时两处的人流量都较大，大学生在通行、活动中如果严重违规，则可能发生安全事故。

2. 课间活动安全的预防

（1）制定课间行为准则，加强课间安全教育。课间安全事故的发生虽然具有一定的偶然性，但绝大多数都与学生的违规、危险性行为有关。因此，从安全管理角度而言，学校首先应当为大学生的课间行为制定准则，并教育大学生严格执行。如不得在教室内做肢体运动较为剧烈、活动范围加大的游戏；上下楼梯要靠右慢行，不拥挤、不推人、不撞人、不并行、不跳步；不得攀爬课桌、窗台、护栏、球架、围墙、树木；不得在教室、楼道、楼梯、卫生间及通道上奔跑、追逐、推搡、打闹；不携带、玩弄危险物品；不做带危险性的游戏；不吵架、打架；不得从楼上向下抛弃任何东西；未经班主任批准不得离开校园等。这些准则要形成书面文字，要在教室、楼道、通道、楼梯的墙面上悬挂或张贴相关提示语，通过经常性的安全教育，让大学生养成良好的行为习惯。

（2）建立课间巡查制度。课间是大学生休息、放松的时间，但学校的安全管理却不能放松，相反应当加强对大学生课间行为的监督、引导和管理，消除安全隐患。为此，学校应当建立课间巡查制度，安排教师在学生活动的场所进行巡逻，纠正、制止

学生的违规、危险性行为。巡查的教师应当佩戴红袖标，发现学生的行为具有危险性，应及时纠正制止，并进行批评教育，情节严重的应当上报学校，由学校视情况给予纪律处分。课间巡视制度还可以配合班级纪律评比来进行，以增强其实效性和目的性。

（3）推荐、传授健康、安全、有益的课间休息节目。大学生的课间活动以适度、安全为原则，为了避免学生盲目地选择一些危险性较大的活动，学校可向大学生推荐、传授一些安全的活动，引导学生通过适当的方式来放松神经、养精蓄锐。此外，在课间休息时，有条件的学校可以播放轻松优雅的背景音乐，使学生心情放松、心境平和，为课间营造轻松雅致的氛围，暗示、引导学生选择文明、安全的课间活动。

● **安全思考**

（1）哪些行为或区域容易发生课间安全事故？

（2）怎样预防课间安全事故的发生？

4.2 课外生活安全

大学生学习之外的生活，主要是穿衣、饮食、住宿等活动，特别要注意食品中毒、火灾预防、用电安全、财产安全、人身安全等。

● **身边案例**

◆ **“黑心棉”如何进入大学校园**　2016年8月30日8时，天津农学院西校区校门前已经人头攒动，一派热闹景象：彩钢房前、遮阳棚下，20多个售货摊位依次排列，日用百货、床上用品，新生入学必备物品应有尽有。每个摊位前，都有几名操外地口音的年轻人揽客。“这些东西质量有保证吗？”记者指着摊位上摆放的没有商标、生产厂家等标识的套装床上用品问一位年轻摊主。“我给您打开看看，有被褥、床单、床罩、枕头、枕套，还有蚊帐，10多件呢，都是好东西，全套总共才450元。您买了这一套，床上用品就齐了。”见记者以“再看看”为由离开，对方仍在强调“价钱有商量”。观察发现，这个“校门前市场”摊位上经营的物品大多属于“三无”产品，经营者五花八门，有附近村民，也有餐饮小贩，还有一部分自称农学院学生。每当有来报到的新生靠近，都会有人以“学长”的身份热情接待，然后便是极力推销包括床上用品、洗漱用品在内的一应商品。与校门前的热闹相比，校园内，校方根据市教委要求招标后指定的生产厂家设置的“学生用品领取处”却相当冷清。厂方销售人员介绍，进入校园两天以来，共计售出床上用品13套，而来自校方的数字显示，本年度新生数量为3000余人。也就是说，至少已有数百名新生的床上用品购自“校门前市场”。厂方现场负责人介绍：“我们是市场监管

部门认可的床上用品生产厂家，与农学院合作已经是第四年，虽然价格方面基本与校外的持平，但销售情况每况愈下，原因就是劣质产品甚至是黑心棉产品大行其道。”“这是昨天从校门前买的，坑人啊！”该负责人指着已经打开的两种产品做比对介绍：“我们的产品全棉的，他们用的大都是再生棉漂白的，这种黑心棉用得时间长了，很可能伤害学生身体，引发皮肤病和呼吸道疾病。这方面，已经有过先例。”采访中，记者看到几名来自天津市纺织纤维检验所的执法人员乘车来到农学院西校区，但到达半小时内基本都是待在车内，并未有任何查处举动。对于记者的采访要求，对方以“未得到领导同意”为由拒绝。采访中记者了解到，近年来，在农学院西校区，围绕入学新生床上用品而形成的“黑色产业链”一直未得到应有的打击，“三无”产品、“黑心棉”产品大肆侵害校园的现象始终没有得到有效杜绝。

◆**食品中毒事件** 2016 年 5 月 29 日，安徽职业技术学院开元食堂发生一起疑似食物中毒事件。经全面溯源共搜索到 91 例病例，无重症、死亡病例。据悉，该事件临床症状以腹泻、腹痛（绞痛、阵痛）、呕吐为主，首例病例于 5 月 29 日 18 时发病，末例病例 6 月 1 日 12 时发病，所有病例均已治愈出院。流行病学曲线显示本次疫情呈现点源暴露模式，疾控机构采集样品 43 份检测，有 11 份样品检出非 O1、非 O139 群霍乱弧菌。专家组根据患者发病时间分布、潜伏期，共同就餐史等流行病学调查和实验室检测结果，认为是一起开元食堂食品污染导致的食源性疾病暴发事件。

◆**宿舍火灾事故** 2017 年 4 月 24 日 2 时左右，长安大学 5 号楼宿舍起火，起火原因官方给出的是学生使用大功率电器，真相目前没有人做过声明。2017 年 5 月 17 日 4 时许，清华大学紫荆学生公寓 16 号楼起火，该公寓 6 楼一处房间内，电动车电池充电时发生火情。

◆**宿舍财物被盗事件** 2017 年 7 月 27 日 11 时 30 分左右，桂林市某高校女生刘某报警称：其放在课桌上的苹果手机被盗。民警接警后，迅速赶到现场，经过缜密侦查确定了嫌疑人。7 月 28 日 1 时许，民警蹲守了十余小时后在某村的出租屋将嫌疑人抓获。靳某称大学生单纯防范意识差，教室和集体宿舍经常不关门窗，容易下手是其选择在高校作案的原因。2017 年 7 月 29 日，靳某因涉嫌盗窃被公安部门刑事拘留。

1. 服装及纺织品安全

我国服装及纺织品需要遵守强制性国家标准《国家纺织品基本安全技术规范》（GB 18401—2010），对 A、B、C 三大类纺织品的甲醛含量、pH、色牢度等安全及物理特性做出了明确的限制规定，并规定产品中不得有异味和使用可分解芳香胺染料。但一些不法商贩和厂家，不顾广大学生的人身安全，生产的校服、被褥等含有大量有毒物质，导致“毒校服”“黑心棉”事件屡屡发生。

（1）新生到大学报到，尽量自己携带床上用品，因为现在很多大学已经不对床上用品做出统一规定。如果不携带，尽量到正规商场或商店购买，千万不能贪图便宜，在校门口的临时摊点购买。

（2）不要贪图便宜购买劣质面料的衣服，挑选衣服要看清衣服的标识、厂商的名称和地址、衣服规格、成分含量、洗涤方法以及产品合格证。

（3）购买衣服和纺织品，要闻味观色。如果衣服和纺织品散发出刺激的异味，说明甲醛等有害物的残留量比较高，最好不要购买。选颜色时，不妨以浅色调为主，这样甲醛、染色超标的风险性会小些。

（4）新衣服和纺织品买回来后，不要立即穿戴和使用，一定要清洗；如果不能及时清洗，也最好干洗或在户外晾晒两天。

（5）旧衣服或纺织品，尤其是外贸服装要警惕。这些衣服或纺织品有的经过一些处理，但往往是用一些消毒药，会引起药物过敏。如果处理不干净，还会带来国外流行的病毒病菌，其中不乏艾滋病、肝炎病毒。

◆ **温馨提示**

大一新生长点心！谨慎购买校外摊点被褥

大学新生入学前后，絮用纤维制品需求量增大，这给一些不法分子制售劣质絮用纤维制品（俗称“黑心棉”）提供了可乘之机。大学新生购买生活用品如被褥等，一定要到正规地点。同时也可通过眼观、手感、撕扯、闻味4个步骤来识别“黑心棉”。所谓“黑心棉”，是指包括棉被、棉褥、棉衣等絮棉制品中不符合国家标准用棉的总称，是一些不法分子利用废旧纤维下脚、经脱色漂白处理的纤维下脚、被污染的纤维下脚、发霉变质的絮用纤维来制作的絮棉制品（见图4-1）。



图4-1　工作人员在某大学校园周边摊点收缴的“黑心棉”

校外摊点的被子一般在100元左右，大学新生感觉便宜就买了，其实这种被子多半是“黑心棉”。撕开棉被，里面是黑乎乎的棉絮、线头、布头等碎片。哪怕是白色的，也可能是“黑心棉”。“黑心棉”即由劣质絮做成的纤维制品，摸起来无弹力，不光滑，易粘连衣物，双手扯断一团棉絮，断裂整齐，有的甚至会留有化学漂白剂的异味。

2. 良好的饮食习惯

合理营养的目的是促进大学生身体正常生长发育，确保各组织器官的正常活动，提高人体对疾病的抵抗力，从而提高工作效率，延长寿命。合理营养主要是通过平衡膳食来实现的。平衡膳食要求适量摄取、合理搭配各种营养素，食物要多样化。营养素的摄取除了与饮食结构调配是否得当、烹调制作是否合理有关外，还与大学生的饮食习惯有关。因此，为了摄取足够的营养，大学生要养成良好的饮食习惯。

（1）注意用餐时间。大学新生刚刚开始独立生活，由于缺少监督、自制力差等原因，饮食作息时间常不规律，很不利于健康。在用餐方面，应遵循“7—12—18”时间原则，即早餐7时左右，午餐12时左右，晚餐18时左右。根据人体消化系统运行规律，混合食物在胃中停留的时间通常为4~5小时，因此两餐间隔时间为5小时左右，用餐时间和身体节律保持协调一致，健康饮食的任务就完成了一半。

（2）注意三餐的热量分布。民间有“早饭吃得好，午饭吃得饱，晚饭吃得少”的说法，这是很有道理的。一般情况下，大学男生一天需要摄入总热量约2600千卡，女生约2100千卡，三餐应该满足3∶4∶3的热量比例原则。一日之计在于晨，饿了一夜的你需要一顿营养丰富的早餐，帮助你开始忙碌的一天。辛苦了一个早上，午餐应适当多吃一些，而且质量要高。主食如米饭、馒头、玉米面发糕、豆包等，副食要增加些富含蛋白质和脂肪的食物，如鱼类、肉类、蛋类、豆制品等，以及新鲜蔬菜，使体内血糖继续维持在高水平，以保证下午的学习。晚餐要吃得少，以清淡、容易消化为原则，至少要在就寝两个小时前进餐。不过大学生有时晚上还要上课或者自习，晚餐也要保证吃饱、吃好。

（3）注意营养和食品安全。大学生都是自学能力比较强的群体，在搞好自己专业学习的前提下，也应该适当关注一些营养方面的知识，做到均衡营养，合理膳食。另外，还需要注意食品安全方面的问题，关注食品安全部门发布的食品安全预警信息，不到无证餐饮单位就餐，发现影响食品安全的违法行为要懂得及时举报，用法律维护自身权益。

（4）注意零食的选择与节制。很多学生喜欢吃零食，认为在宿舍一边玩计算机一边吃零食是一大享受；还有一些学生认为零食就是“垃圾食品”就敬而远之。其实只要选择得当，吃零食会也变成一种健康的生活习惯，健康零食如核桃、瓜子可以增强记忆力，牛肉干、鱿鱼丝可以补充体力，各类水果、即食蔬菜可以补充维生素，桂圆肉、葡萄干可以减压促进睡眠，而不健康的零食如碳酸饮料、甜味食品容易导致肥胖，油炸食品易使人早衰，街头小吃却容易引发疾病等。但即便是健康的零食也要注意有所

节制，零食吃得太多容易影响正餐的食欲，打乱正常的饮食习惯。

（5）注意处理好饮食和肥胖的关系。很多大学新生入学后由于饮食失控，导致体重快速增加，形成所谓的“大一 15 斤”现象，即大一体重增加了 15 斤。这往往是抵挡不住新环境里美食的诱惑，不注意健康饮食习惯造成的。而另一些爱美的大学新生一入学就信誓旦旦地制订了疯狂的节食减肥计划，尽管事实上他们并不算肥胖，盲目减肥很容易造成营养不良、食欲不振等现象。所以大部分新生不需要太在意自己的体重，即便体重超标，也应该从饮食、运动等方面综合考虑，不能完全靠节食。

◆ **温馨提示**

合理的饮食搭配

合理的饮食搭配就是要选择多样化的食物，使所含营养素安全，比例适当，以满足人体需要。

（1）食物要多样，目的是通过食物多样化的途径，实现营养全面性的目的。

（2）食物的搭配能起到营养互补的作用或弥补某些缺陷或弥补某些损害，力求搭配的食物具有共同性能，增强营养保健作用。

（3）食物搭配一定要避免“相克”或“不宜”，即保证是安全无毒的。

（4）粗粮、细粮要搭配。粗细粮合理搭配、混合食用可提高食物的风味，有助于各种营养成分的互补，还能提高食品的营养价值和利用程度。

（5）荤素搭配。肉类、鱼、蛋、奶等食品富含优质蛋白质，各种新鲜蔬菜和水果富含多种维生素与无机盐，两者搭配不仅富于营养，也有利于消化吸收。

（6）主副食搭配。主食可以提供主要的热能及蛋白质，副食可以补充优质蛋白质、无机盐和维生素等。

（7）干稀饮食搭配。主食应根据具体情况采用干稀搭配，这样，一方面能增加饱感；另一方面有助于消化吸收。

（8）要适应季节变化。夏季食物应清淡爽口，适当增加盐分和酸味食品，以提供食欲，补充因出汗而导致的盐分丢失。冬季饭菜可适当增加油脂含量，以增加热能。

3. 居住场所安全

宿舍是大学生学习之外的居住场所，牵涉到用电安全、财产安全、人身安全等，预防火灾，预防诈骗、盗窃和抢劫，消除人身安全隐患，是每个大学生应当注意的安全问题。

（1）消除安全隐患。结合校园火灾教训可知，几乎 90% 的火灾都是发生在学生宿舍内，且绝大部分是由于当事人缺乏消防安全意识、行为放纵、有章不循造成的。主要表现在大功率及违禁电器的使用、随意使用明火、私拉乱接电源线等。做好学生宿

舍防火工作，每个学生都要树立防火意识，认识火灾的危害，自觉遵守学校的消防安全管理规定，自觉做到以下几点。

第一，不躺在床上吸烟，不乱扔烟头。人在疲乏时，躺在床上很容易入睡，烟头掉在被褥上，或者烟头扔在易燃物上，容易发生火灾。

第二，不在宿舍内使用电炉、“热得快”等大功率电器、电热设备以及煤气炉、酒精炉、液化气炉等明火。学生宿舍内可燃物品多，使用电炉、酒精炉等，稍有不慎或疏忽便能引起火灾。

第三，不乱接电源。乱接电源容易使电流过载，如使用不合格的电器或电线老化，易引起火灾。

第四，不在室内点蜡烛看书。人疲乏入睡后，蜡烛容易引燃蚊帐、被褥，引发火灾。

第五，不在室内燃烧杂物。被燃物飘飞到床上，或者被燃物未彻底熄灭，人离开室内，都容易引起火灾。

第六，不要将台灯靠近枕头、被褥和蚊帐。灯头长时间点燃会发热，容易引燃易燃品，造成火灾。

第七，人走熄灯、关闭电源。

第八，不存放易燃易爆品，如个别学生顺手带回实验用的酒精，藏匿在床铺下，如有滴漏，一个烟头就可能引起起火或爆炸。

◆ **温馨提示**

火灾逃生“八不要”

（1）不要忘记报警。遭遇火灾后不能因为惊慌失措而忘记报警。进入高层建筑时应注意消防通道、报警设备、灭火器的位置。一旦发生火灾，要立即报警。

（2）不要惊慌失措。火灾发生时，务必要保持镇定，要针对火场情况，因地制宜救火并科学逃生，不要惊慌失措、乱作一团。

（3）不要贪婪财物。火灾发生时，首先要保全生命，不要因顾惜财物而浪费时间和体力，失去逃生的时机，更不要为寻找贵重物品而重返火海。

（4）不要乱开门窗。在室内避难时，乱开门窗会导致大量浓烟涌入室内，温度高，烟气呛，使人无法藏身。

（5）不要乘坐电梯。高层建筑发生火灾电梯就会断电，很可能使人困在电梯内，难以逃生。

（6）不要带火奔跑。身上着火后千万别盲目奔跑。否则容易严重烧伤，还会引起新的燃烧点，造成火势蔓延。

（7）不要方向错误。火势是向上燃烧的，火焰会自下而上地烧到楼顶。遇到火灾时应当从高处向低处逃，不要向楼顶逃生。如果不得已逃到楼顶，也要站在楼顶的上风方向，向楼下呼救，等待救援。

（8）不要轻易跳楼。当火焰烧进避难空间时，不要轻易跳楼（特别是位于 3 楼以上）。可扒住阳台或窗台等翻出窗外躲避，以求绝处逢生。

（2）财产安全隐患。学生财产受侵害，主要表现为盗窃、抢劫等。大学生多数对自己的财产缺乏保护意识和技能，给不法分子以可乘之机。大学校园普遍较大，校园周边地区环境复杂，许多外来人员可在校园随意出入，也为不法分子提供了便利。另外，某些大学生不顾个人的经济承受能力，盲目攀比，导致手头拮据，萌生偷盗想法，也为学生的财产造成了威胁。

一是要牢固树立防盗意识，克服麻痹思想。盗窃分子时时盯着校园，特别是盯着缺乏经验的学生。校园里时常有盗窃分子出入，身边的学生中极个别人也有盗窃行为。因此，在防止盗窃时，既要防外贼，也要防内贼。

二是妥善保管好现金、存折等。现金最好的保管办法是存入银行，尤其是数额较大的现金更要及时存入，绝不能怕麻烦。要就近储蓄，储蓄时加入密码。密码应选择容易记忆且又不易解密的数字，千万不要选用自己的出生日期做密码。这样，即使存折或银行卡被盗，犯罪分子也不容易取走钱，也有时间到银行挂失。身份证是最有效的证件，存折丢失，可以凭身份证去挂失，凭身份证去取款。因此，存款单据、汇款单据、存折及银行卡要同身份证、学生证分开存放，防止被犯罪分子同时盗走。因购买贵重物品而需要大额现金时，应当天取当天用，因故不能当天购物时，应将钱再存入银行，不要怕麻烦。

三是保管好自己的贵重物品。贵重物品不用时，不要随便放在桌子上、床上，防止被顺手牵羊或溜门盗走或“窗外钓鱼”给盗走，要放在抽屉、柜子里，并且锁好。寒暑假离校时应将贵重物品带走，或托给可靠的人保管，不要放在宿舍里，防止撬锁盗窃。贵重物品、衣物最好做上一些特殊记号，一旦被盗，报案时好说明，认领时也有依据，这样，即使被盗，找回的可能性也大一些。

四是养成随手关窗锁门的好习惯。上课、参加集体活动、出操、锻炼身体等外出离开宿舍时，要关好窗、锁好门，包括关好玻璃窗，因为仅仅一层窗纱不足以防盗。一个人在宿舍时，即便上厕所、上水房洗衣服，几分钟、十几分钟的时间即可回来，也要锁好门，防止被犯罪分子溜门盗窃。

五是在教室、图书馆看书，在食堂吃饭时，不要用书包占座，不在书包里放现金、贵重物品、钥匙，防止书包被盗或书包内的现金、贵重物品、钥匙被盗。

六是不带较多的现金和贵重物品到公共浴池去洗澡，这些场所往往是犯罪分子行窃的地方。

◆ 温馨提示

学生宿舍常见的盗窃手段

（1）顺手牵羊。趁主人不备，“顺手牵羊”者光顾室内，盗窃手机、手表、文具等，尤其是现金。

（2）乘虚而入。主人不在，房门不锁，窃贼入室。这类窃贼往往在抽屉里、被褥下翻上一翻；先盯住现金，其次是贵重物品。如果你居住的宿舍管理混乱，人员混杂，或是你的寝室总是不锁门，则往往给乘虚而入者以可乘之机。

（3）钓鱼。用鱼竿或竹竿将你晾晒在窗外的衣服“钓走”。更有甚者还把纱窗弄开，“钓走”你放在桌、凳上的衣物。如果衣袋里还放有钱包，损失就更大了。夏秋之季，住一楼的同学如缺乏警惕，最易受到这种危害。

（4）撬门扭锁。此类盗窃分子手段毒辣，撬开门锁的方式有多种，进门后抽屉、箱子往往撬遍，满屋翻个底朝天。只要值钱的东西都盗，以价格高、易携带的物品为主。有的则专盗现金、计算机主机。

（5）翻窗入室。没有结实护栏，却又有易于翻越、攀登的窗户，包括门上气窗，盗贼都有可能翻入。翻窗入室者与撬门扭锁者的盗窃目标往往相近。

（6）溜门行窃。盛夏时节一些学生为图凉快，夜间睡觉不关门，小偷趁机入室偷窃财物。有的小偷夜间先偷走门钥匙，白天找机会入室偷窃。一些学生夜间上卫生间不锁门，小偷利用时间差偷窃衣物。

除以上六类外，还有偷配钥匙，预谋行窃的；也有以找人、卖东西等名义混入宿舍，伺机行窃的等。

（3）人身安全隐患。人身安全隐患主要来自人为危害，如打架斗殴、饮食不卫生、疾病等。为了保证学生的安全，宿舍都规定了严格的熄灯时间、落锁时间，但仍有学生抵挡不住校园以外的诱惑，晚归或夜不归宿，对学生的人身安全造成了极大威胁。学生们不注意饮食和个人卫生，也极大地加大了传染性疾病传播的可能性。

◆ **温馨提示**

我国法律中有关打架斗殴的有关规定

《中华人民共和国治安处罚法》第 43 条：殴打他人的，或者故意伤害他人身体的，处 5 日以上 10 日以下拘留，并处 200 元以上 500 元以下罚款；情节较轻的，处 5 日以下拘留或者 500 元以下罚款。

有下列情形之一的，处 10 日以上 15 日以下拘留，并处 500 元以上 1000 元以下罚款。

（1）结伙殴打、伤害他人的。

（2）殴打、伤害残疾人、孕妇、不满十四周岁的人或者六十周岁以上的人的。

（3）多次殴打、伤害他人或者一次殴打、伤害多人的。

（4）宿舍设备安全。向学生提供符合安全标准的教育设施是学校的法定义务，学校应当保证学生宿舍的设施、设备完全符合国家规定的安全标准和要求，使其不存在任何安全隐患。

一是房屋的安全。学校不得让学生在危房内住宿，新建的房屋未经验收合格也不得让学生住宿。对于新装修的宿舍，应委托环保监测机构进行空气质量监测，只有监测合格才能让学生入住。

二是床铺的安全。学校应当为学生配备正规厂家生产的符合安全标准的床铺。目

前国家尚未制定专门高低床的国家标准和行业标准，一般要求其安全护栏高度不低于20厘米，护栏和床头之间的缺口应在50~60厘米。同时在使用过程中，学校应当定期对床板、床铺护栏等部位进行安全检查，发现损坏应及时予以维修或更换。

三是冬季取暖设备的安全。冬季需要取暖的学校，特别是农村学校，常常采用燃煤取暖设施，应当安装排烟管道，且周围不能存放易燃品，要保证烟道畅通、不漏气；房间还应装有风斗，并经常进行检查和更换；夜间尽可能采取深夜闭火等措施，防止煤气中毒。

（5）用电安全。加强寝室安全用电的管理，预防火灾等事故的发生，保障学生的生命和财产安全。因此，应注意以下安全用电常识。

一是认识了解电源总开关，学会在紧急情况下切断寝室电源。

二是不用手或导电物（如铁丝、钉子、别针等金属制品）去接触、探试电源插座内部；不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。

三是计算机、充电器等使用完毕后应拔掉电源插头或关闭接线板上的开关；插拔电源插头时不要用力拉拽电线，以防止电线的绝缘层受损造成触电；电线的绝缘皮剥落，要及时更换新线或者用绝缘胶布包好。发生线路故障必须及时报有关维修部门更换或维修，严禁私自更换或维修。

四是发现有人触电要设法及时切断电源；或者用不导电物（如干燥的木棍等）将触电者与带电的电器分开，不要用手去直接救人，以防触电。

五是不随意在寝室内更改、拆卸、安装电源线路、插座、插头等，也不要把铁钉等硬物凿入墙面，以防发生电线短路、触电等意外事故。

六是电源接线板不应放在床上，应放在书桌等通风安全处，周围不要有易燃物品，也不要将接线板放在小杂物容易跌入或容易被水侵入的地方，电线不要与床架等金属物接触。接线板上不能接过多电源插头，禁止多个互接。

七是寝室无人情况下必须切断所有电源，尤其是插排，做到“人走断电”，防止发生火灾。

八是严禁私自跨寝室进行计算机联网或在公共网络线上私拉乱接。同时寝室用电应注意以下事项。

第一，在使用过程中如发现充电器、台灯等有冒烟、冒火花、发出焦煳的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。

第二，有些充电设备使用时间过长会造成险情，出门时，应自觉检查一下充电器是否处于安全状态。长时间外出前务必拔掉所有充电器，以避免火灾事故的发生。

第三，要避免在雷雨天气的环境下使用带电物品，易使充电器、电源插排等遭受雷击，这样不仅会损坏电器，还会发生触电危险。要拔下电源插座。

第四，充电器等长期搁置不用，容易受潮、受腐蚀而损坏，重新使用前需要认真检查。

第五，手机、台灯在充电过程中会散发出热量，应注意保持电器所处工作环境的良好通风，不在过高的环境温度下启用，将它们远离纸张、棉布等易燃物品，防止发生火灾。

第六，使用台灯灯具时，不要在灯罩上或其附近放置易燃物品，如纸片等，容易引起火灾。灯头接触不良、灯头与玻璃壳松动、电气线路破损、接头松动等也可引发火灾。灯具表面温度过高，玻璃壳受热不均，如果有水珠溅到高热的灯泡上会引起灯泡爆裂，掉下的玻璃碎片或灯丝可能会造成人身伤害或使可燃物起火。台灯必须放在桌面上使用；不得使用床头灯。

第七，手机充电时间过长、边充电边打电话而导致电话机身发热，都属于高危易爆状况物品。

第八，严禁在宿舍里使用劣质电器及非安全电器，如电炉、电锅、电热杯、“热得快”、电热褥、取暖器、电烫斗等电热器具（见图 4-2）。



图 4-2　某高校查收的学生违章电器

◆ **温馨提示**

大学常见查禁的违章电器

违章电器是指学生宿舍管理规定中明确禁止使用的电器，常见的有电冰箱、电烤箱、电炉、电磁炉、电饭煲、电热器、电熨斗、电热毯、“热得快”、取暖器、微波炉、折叠式吹风机、红外小太阳、暖手宝、酒精炉等。

4. 劳动安全

劳动安全是指大学生在校期间，学校安排的课外生产劳动过程中，防止中毒、车祸、触电、塌陷、爆炸、火灾、坠落、机械外伤等危及劳动者人身安全事故发生。

（1）劳动工具使用安全。大学生在学校中的劳动工具一般是实验室仪器设备、教学用具、打扫卫生工具等。劳动工具使用中最为基本的注意事项是检查电源；阅读工具

使用说明书；严格按照工具使用规范进行操作；定期进行工具保养。

（2）劳动过程安全。劳动安全事故的发生多在劳动过程中，因此，注意劳动过程安全事项是必要的，在劳动过程中要做到：严格按工作流程进行操作；细心操作；进行自我安全保护。

（3）劳动规程安全。遵循正确的劳动程序，不但可以提高劳动效率，而且可以培养自己的劳动技能。劳动时，先做什么，再做什么，正确合理的程序，会使人感到劳动并不难，同时也会提高劳动的热情和兴趣。

◆ **温馨提示**

学校劳动安全管理制度

（1）在学校参加必要的劳动是每个学生的职责和义务，每个学生必须明确劳动的意义，加强对参加学校劳动的认知。

（2）教师在安排学生完成学校分配的劳动任务时，必须对学生进行劳动教育和安全培训，告知学生注意事项。

（3）在劳动过程中，需要用工具的，必须先学会工具的使用方法，明确操作要领，并且认真检查工具的可靠性。

（4）学生在劳动过程中要注意自身的安全，也要注意身边人的安全，避免劳动过程中给他人带来伤害。

（5）学生在劳动过程中要互相帮助、互相关爱。

（6）学生在劳动过程中出现问题要及时向老师询问，不要盲目乱动。

（7）教师要对劳动中可能出现的问题提前预见，并认真对学生进行教育、指导。劳动过程中教师要亲临现场指挥，发现问题及时处理。

（8）有的劳动任务学生如不能按时完成，可以向老师提出，教师可以做出停止劳动的决定，并将情况报告学校。

● **安全思考**

（1）如何正确购买公寓用品和服装？
（2）怎样培养良好的饮食习惯？
（3）宿舍居住时应注意哪些安全事项？
（4）宿舍安全用电常识和注意事项有哪些？
（5）课外劳动时应注意哪些安全事项？

4.3 社团活动安全

学生社团是指学生为了实现会员的共同意愿、满足个人兴趣爱好、自发组成的群众性学生组织。大学生社团通过利用自身优势，开展灵活多样的活动方式，积极创造

成员与社会的联系机会，使社团本身成为带动学生走向社会的桥梁和成员与社会交往的渠道，为其成员提高社交能力提供了广阔空间，从而达到帮助成员从学校走向社会和服务社会的目的。

● **身边案例**

◆韩国南部庆州市一个度假村内的礼堂 2014 年 2 月 17 日晚坍塌，当时 560 多名釜山外国语大学新生正在礼堂内参加欢迎会。韩国联合通讯社援引庆州市警方官员的话报道，此次事件造成大量人员伤亡。死者包括 9 名学生和 1 名组织人员，另有 3 名学生和 11 名组织者下落不明，可能还埋在废墟中。此外，坍塌还造成 17 人重伤，84 人轻伤。

◆ SUPER FREE 是日本早稻田大学注册在籍的社团，创设于 1982 年，口号是："通过 PARTY TOUR 聚会，让大家成为朋友，提供快乐的回忆。"自和田真一郎接手和运营后，该社团成为日本首屈一指的超人气社团，影响力扩散到全日本。自 1999 年起，社团主要成员便经常在 LIVE 活动上让女性喝高度数的酒使之失去神志，然后集体进行轮奸，据不完全统计，受害者达 400 人以上。

1. 社团活动安全隐患

（1）社团政治安全。社团活动参与人员广泛，社团成员多为年级、班级、民族、宗教不同的学生，暗藏不稳定性。学生社团是以自愿性的组织形式建立的，是一群有着共同志向、兴趣、爱好的学生自发聚集在一起的。通常社团内的氛围会比其他性质的学生组织宽松、活泼，这也使得社团成员之间打破了原本局限于同专业、同年级的交友圈，形成一个开放式的、纵横交错的交流沟通网络。

社团成员间由于有着共同的兴趣爱好，使他们相互模仿、复制彼此的生活态度、价值观念、行为规范等。这种模仿一方面可以取长补短、共同提高；另一方面也使他们易受到某些居心叵测的人鼓动，出现某些偏激行为。如某些特殊地区的生源，这些学生在加入社团时需要社团指导教师用心留意他们的宗教信仰和生活习惯等，避免在以后的社团活动中出现宗教信仰上的忌讳和受到反动势力的恶意煽动，避免社员间因宗教信仰不同而导致矛盾冲突。

（2）社团经济安全。社团活动中渗入越来越多的商业行为，违法违规行为急需监管。在社团活动中普遍存在经费不足的情况，严重阻碍社团活动的开展。为扭转这一局面，多数社团采取拉赞助、找商家的方式，导致越来越多的商业行为渗入校园中。学生社团活动中多数商业行为都存在无照经营、虚假广告、假冒产品等问题。在这些问题中还伴随着活动的宣传品是否符合学校管理部门的有关规定、是否存在蛊惑反动的不当内容等情况出现。这些违规行为进入校园，成为破坏校园安定的因素，不仅损害学生利益、损害学校形象，还会破坏校园安定活跃的气氛。

◆ 温馨提示

说是“社会实践”，却成“群众演员”

2013年12月19日上午，中原工学院的近百名大学生接到通知，参与该校学生社团组织的一个“社会实践”。让他们没想到的是，他们被带到一处工地，分发了安全帽冒充农民工，在寒风中站了两个多小时，迎接公司领导的视察。

小东（化名）是该院大三的学生，12月18日下午，他接到学校一社团负责人的通知，说次日有一个“社会实践”，参加可以获得“社会实践证明”，在星级评定上可以获得加分。因为学校对这个证明有要求，所以小东转发给了不少同学。次日一早，他和其他近百名同学集合完毕，被一家公司的车接到了郑州市南四环与郑平公路交叉路口附近的一处工地上。现场彩球高悬，挂着欢迎标语……小东发现，原来这是某商贸中心的一次誓师动员大会。活动组织者给每人分发了一个安全帽，让他们冒充农民工迎接公司领导视察。当时，台下还有不少其他学校的学生。在室外低于0摄氏度的气温下，这些学生从8时一直站到10时20分左右。当活动结束时，不少人都被冻得瑟瑟发抖，有的回校后还感冒了。“这不是弄虚作假吗？”小东质疑，他们是不是被学校社团给“卖”了？

“确实有这个事。”昨日下午，该社团负责人席某提起此事，直说后悔。他说，活动确实是他牵头组织的，之前该公司曾赞助过学校的一些社团活动，这次说要举办一个活动，“让帮忙出些人，当个观众，当时我出于对朋友的信任，就答应了下来，没想到当天会是那种情形，影响十分不好，我这两天一直在后悔”，但他们并没有收对方一分钱，对方只是承诺以后社团再有活动，还可以考虑赞助。

席某说，学校一共有64个社团，很多同学都参与了这次活动，他再三为此事表示歉意。对此，该院团委副书记杨为学表示，此次活动并不是学校组织的，校方当时并不知晓，学校是禁止社团组织学生参与营利性活动的，但此事暴露出学校社团管理上的漏洞，他们会加强对社团的管理，杜绝类似事件再发生。

（3）社团活动内容安全。社团活动的目的主要是学生丰富课外生活，随着社会经济发展，社团活动内容发生了一些变化。特别是要注意商业化组织对学生社团的活动内容的渗透性影响，防止学生社团成为商业组织的代理机构。特别要警惕社团的政治倾向，坚决避免进行违反法律及国家政策的活动。

2. 社团活动的安全防范

由于社团活动规模小、种类数量多、形式灵活、随意性大，易发生各类安全隐患。为此加强社团活动安全的防范措施显得极为重要。

（1）明确社团指导教师职责，健全社团管理制度。社团活动中，无论是筹备者还是参与者，主体都是学生。从初期的筹备到最终的活动举行，各个环节中必然存在着

一定的安全隐患。这就需要社团的指导教师对活动的各个环节进行监督和辅导，多与学生沟通，及时消除安全隐患。

（2）严格把控社团组织活动的各个流程，形成规范的社团活动管理制度。举办社团活动的标准流程应为：事前申报—考察审批—事中检查—事时维护—事后总结。

第一，任何社团活动在举办前都应向学校的社团管理部门提交相关材料进行申报，未经申报的社团活动一经发现，应及时制止。

第二，学校的社团管理部门应根据社团提交的材料，对时间、地点、活动性质、参与人数、有无商业行为等各个方面进行审核。审核通过后需对活动策划中存在安全隐患的环节进一步进行检查，提前制定好相关的安全预案，并提交学校保卫部门备案。在活动进行中，社团指导教师应安排学生配合保卫部门根据预先制定的预案对活动场地、环境等进行适时维护及安全维稳。

第三，在活动结束时，指导教师应组织学生进行活动总结，为下次活动积累经验、梳理漏洞。在社团活动管理制度形成规范后，可以使学生自觉地按照制度组织社团活动，培养良好的法纪观念和做事准则，还能增强学生的安全防范意识，减少活动安全隐患。

（3）建立学生社团活动安保联动机制。学生处或团委是学生社团活动的管理部门，学生活动的安全通常由学校保卫部门负责，因此，在社团活动中的安全通常需要两个部门通力合作、共同监管。此外，保卫部门还应与当地派出所、公安局建立沟通协作关系，在一些大型社团活动时，提前与当地公安机关沟通，共同维稳，利用当地公安机关的执法权预防、遏制社团活动中各类不法行为。

（4）大型社团活动投保，建立多层防护体系。大型社团活动中有很多潜在的不安全隐患可以通过投保行为得到规避。一方面，投保后，保险公司会在活动前后对活动现场及各个环节进行严密的排查，为社团活动的安全再加上一道防护网；另一方面，校方的投保行为既可以增加校方的安全责任意识，又可以分摊社会风险，加强主办方和参加学生的保护。

● **安全思考**

（1）社团活动安全隐患内容类别主要有哪些？

（2）如何规避社团活动中的潜在危险？

4.4 大型集体活动安全

大型集体活动包括学校集会、大型集会活动、春秋游、庆典纪念、文艺演出、运动会等，大型集体活动最为极端的安全问题则是群体事件。大型集体活动是学校教育教学活动的重要组成部分，是校内教育的延伸和扩展，但举办者一旦疏于管理，侥幸办事，安全意识不强，就可能出现突发事故。

● 身边案例

◆ 2010 年 11 月 22 日，柬埔寨踩踏事件震惊了世人，举国哀悼！11 月 22 日是柬埔寨为期三天传统送水节的最后一天，当时全国各地约有 300 万人涌向金边观看在王宫前的洞里萨河上举行的龙舟大赛以及在金边钻石岛等地的庆祝活动，由于往来游客太多，金边市区连接钻石岛的一座窄桥发生晃动，引起桥上人群的恐慌，互相推挤踩踏引发惨剧。柬埔寨政府发言人乔·卡纳里说，踩踏事件致使至少 456 人死亡、700 人受伤。

◆ 第二届密云迎春灯展自 2004 年 1 月 31 日开幕，前 5 天，每天有 2000~3000 名游人自发到现场观灯。2 月 5 日 19 时 30 分左右，游人剧增，公园地区游人达到 3 万 ~ 4 万人，公园内观灯游人达到 4000~5000 人。据现场群众反映，当时，潮白河西岸的居民区内有人燃放烟花，群众中也有正月十五要放礼花的传言，不少游人误认为是在放礼花，因此河东岸的大量游人拥上云虹桥。19 时 45 分左右，云虹桥西侧下坡处一游人跌倒，其身后游人向前拥挤，造成这起特别重大突发伤亡事件的发生。当晚，集中到密云区医院的伤亡人员共 52 名，除 37 人死亡外，其余 15 人全部收入医院抢救。

1. 高校大型集体活动安全隐患

（1）政治隐患。大型活动具有社会性，大学生有热情，但辨别性较差，可能缺乏理性思维，情感容易偏激，一旦遇到敏感的政治问题或社会问题，容易参与其中。

（2）维权争利的人为隐患。大学生是一个特殊的群体，生理上已经是成人，但心理上还不够成熟，易受不良行为的影响，观点片面，如遇到涉及个体利益的事件，会盲目跟从煽动者集体抗议、示威。

（3）活动场所的安全隐患。活动场所是举办大型集体活动的必要条件，是构成大型活动安全的主体因素。据有关调查结果显示，活动场所消防门、消防栓等消防设施被遮挡的占 20%；活动现场安全通道宽度不符合要求，安全出口标识不清的占 40%；活动前未进行电检，灯具、电器线路安装不规范的占 25%，其他问题，如现场装饰未进行安全评估、场地舞台高度超过规定的占 15%。活动场所进行安全隐患排查是举办活动前最为重要的环节。

2. 建立、健全集体活动安全管理制度

为了保障集体活动安全，学校应当建立、健全集体活动安全管理制度，从各方面做好活动的安全保障工作。

（1）活动的选择和报批。学校组织的大型活动和集体外出活动，应当有利于学生的健康成长，应当符合学生的心理、生理特点和身体健康状况。对于各种商业性的庆典活动和演出活动，抢险等应当由专业人员或者成人从事的活动、接触易燃、易爆、有毒、有害物品的活动，安全隐患较多、安全措施无保障的活动，与实现教育教学目

的无关的活动，学校均不得组织学生参加。此外，大风、大雾、雨雪等恶劣天气情况下，学校也不得组织学生参加集体外出活动。

组织校内外大型活动和师生集体外出活动，学校原则上应当提前向上级教育行政部门报批，并按照上级部门的要求采取相应的安全防范措施。开展大型体育活动以及其他大型学生活动，必须经过主要街道和交通要道的，还应当事先与公安机关交通管理部门共同研究并落实安全措施。

学校各部门、院系或年级、班级组织的大型活动和集体外出活动，应当先报学校领导审批。

（2）评估活动安全风险。在策划大型活动和集体外出活动时，学校管理者应当对活动的风险进行全盘评估，了解并罗列活动的各个环节所存在的安全风险，分析、辨别安全风险是否可控，如果可控，需要采取哪些应对措施，学校是否具备实施这些措施的能力。对于评估风险较大的活动，学校应果断放弃。

对于将要进行的大型活动和集体外出活动，学校应当制定安全工作预案。预案包括以下内容：一是工作目标，即制定和实施安全工作预案所要达到的目的。二是安全管理组织机构，包括安全工作领导机构及其成员、分管机构及其成员、安全职责分工等。三是具体的安全措施，包括对活动场所、路线及相关设施设备的安全检查措施，安全出行的交通工具的落实，出行途中的安全防范措施，在目的地进行活动时的安全防范措施，安全教育的进行，安全工作的物质保障措施等。四是突发事件应急处理程序。预案应详细说明在各种可能的突发事件发生之后，安全管理机构、各安全责任人将如何开展工作，包括伤员的救助、现场的处理、活动的调整、事故的报告以及与学生家长的联络等各方面所要采取的处理方案都应当列明。

（3）活动前的安全检查。在组织大型活动和集体外出活动前，学校应当事先安排有经验的干部和教师勘察活动场所，对活动场所、行进路线、交通工具、器材设备等情况进行安全检查。发现安全隐患，学校要自行或与有关单位协商采取措施予以解决。发现无法消除的安全隐患，学校应当对活动方案进行调整。

活动场所应重点检查场地的适宜性、建筑物的结构及建造和使用年限、出入口、安全通道、照明设施、供电系统、消防设施、应急广播等，考察是否符合国家相关的安全标准和安全规定。

行进路线应重点考察沿途路线是否存在安全隐患，是否适合人数众多的学生（特别是未成年学生）通行过往。对于必须经过的城镇主要街道和交通要道，应事先与公安交通管理部门协商采取相应的保障措施。

学生外出需要乘坐车、船的，学校应当租用正规单位的车、船，并与其签订安全责任书，明确各自的安全责任。不得乘坐无证、无照人员或无证、无照单位的车辆，不得借用、租用关系单位、共建单位和私人等无运营资质的车辆。还应当检查出租单位提供的车辆、船只的安全状况，驾驶员的资质情况。

器材设备要检查其安全性能，发现存在安全隐患的，应当在活动组织、举办之前予以维修或更换。

（4）活动前宣传教育和安全教育。在组织、举办活动前，学校应当向教师和学生家长进行安全宣传与动员，强化教师的安全责任。通过事先告知学生家长关于外出活动计划的安排，提请家长配合学校对未成年学生进行相应的教育，履行家长的监护责任。

在组织、举办活动之前，学校应当向学生进行纪律教育和安全教育，教育学生遵守纪律，听从教师指挥，发生紧急情况要立即向教师报告。

（5）活动中加强管理、监督和保护。在活动过程中，负责安全工作的教师应当对学生的行为加强约束和管理，不得让学生脱离团队自行活动，要保证每名学生都处在教师的监管之下。对学生做出的危险性行为应及时纠正和制止。到达目的地和返校后要及时清点人数。

在队伍集合、解散过程中，在学生上下车、进出场馆、上下楼梯、爬坡等过程中，教师一定要现场进行疏导，保证学生的通行舒缓、有序进行，以防拥挤、踩踏事故。

（6）突发事件的应急处理。在大型活动和集体外出活动中，一旦发生突发事件，包括学生中毒、受伤、休克，发生火灾、交通事故、自然灾害等紧急情况，学校应当立即启动应急处理程序。

按照程序，现场的教师应当立即对受伤学生采取包扎伤口、人工呼吸等紧急救援措施，或立即送往医院救治，必要时安排专人及时向医疗、公安、交通、消防、卫生等部门紧急求助。如情况危急、活动不宜继续进行的，教师应当立即有序疏散学生，将学生带到安全地带，并做好安抚工作。

发生安全事故后，学校应当按照规定及时向上级教育行政部门和其他相关部门报告，并根据上级的部署采取进一步措施。同时学校应当将发生事故的情况及时报告受伤学生的家长，通知其到医院陪护。此外，在确保受伤学生得到及时救护的前提下，学校还应当维护好事故现场，保留相关证据，配合有关部门进行事故调查，并做好善后处理工作。

3. 集体活动安全的预防与应对

（1）集体活动中学生安全的预防。参加学校组织的集体活动，要遵守时间，按时集合，不迟到，以免耽误集体行动；服从现场教师指挥，听从指挥人员的调遣，按照规定的顺序就位、疏散、退场；进入集体活动地点要有秩序排队入场，通过狭窄通道要放慢脚步，不要推挤；集体活动进行中，要自觉遵守有关规定，维护公共场所秩序；遇到少数人起哄、煽动闹事等情况，不要盲目跟从；不要在集体活动场地乱摸乱动、乱涂乱画、毁坏花草树木；在整个活动过程中，要自觉维护环境卫生，保管好自己的物品，做文明学生，不乱丢垃圾，不乱抛物品；观看班级体育比赛，必须牢记“五不准”：不准情绪失控，不准扰乱秩序，不准高声叫骂，不准乱扔东西，不准冲入比赛现场。

（2）集体活动中学生紧急情况应对。一是若发生拥挤或遇到紧急情况时，应保持镇静；若周围人群处于混乱时，不要盲目跟随移动，在相对安全的地点短时停留，以保证自己不被挤伤；注意观察地形，寻找安全通道或应急出口标志，确定方位，随时做好疏散准备。二是注意收听广播，听从工作人员指挥调动，服从现场工作人员引导，

尽快从就近的安全通道或应急出口撤离，切勿逆着人流行进或抄近路。撤离时要注意照顾好老人、妇女、儿童，为他们疏通道路。三是如暂时不能撤离，可以寻找安全的地方躲藏，注意现场的新情况、新变化，不到万不得已时不要贸然采取危险方法逃生，如跳楼、跳水等方式同样会带来伤害。四是出现踩踏等事故时迅速决定启动事故应急预案。迅速向公安、消防、安监、技监等部门报告，并保持密切联系。消防等部门人员到达后，配合这些部门指挥应急救援工作。

◆ 经验推介

突发性群体事件的处理策略

对突发性群体事件的解决，既要有预防的措施，又必须讲究控制和处理突发性群体事件的策略。具体应把握“快、稳、化、活、公、清”六字方针。

（1）快

“快”就是要及早发现，及早介入。突发性群体事件，事发突然，情况紧急。因此，对事态的驾驭要及时果断，尽可能及早介入。要快速制胜应当做到三点：一要快速发现，快速报告；二要快速出动，快速到位；三要快速展开，快速介入，以便抓住先机，争取主动，尽快控制事态的发展。

（2）稳

“稳”就是要稳定群众情绪。在突发性群体事件发生时，信息传播混乱，由于秩序的混乱和人们心理状态的失衡以及情绪的波动，人们容易偏听偏信，容易受传闻和谣言的蛊惑，容易产生非理性行为，从而造成极大的社会紊乱。因此，必须一方面揭露谣言，控制信息的混乱传播；另一方面及时披露事实真相，正确地引导公众的注意力，防止事态的进一步扩大。

（3）化

“化”就是要在处理突发性群体事件时坚持协调和化解矛盾的原则。解决矛盾的方式大致有三种：一是矛盾一方克服另一方，或者叫一方“吃掉”另一方；二是矛盾双方“同归于尽”，使一种矛盾从根本上被扬弃；三是矛盾双方协调发展，最后达到对立双方的融合。

（4）活

“活”就是要弄清事件起因，分类处置，灵活施策。处理突发性群体事件时，务必要弄清引发事件的原因、群众心态和现场情况，慎重决策，要注意方法的灵活性和策略的多样性，要具体情况具体分析。对思想认知问题，做好宣传解释工作，帮助群众明晰事理。对于党委、政府及有关部门因工作失误而引发的突发性群体事件，要敢于承担责任，吸取教训，重新决策。对符合政策，但长期得不到解决的问题，要想方设法解决，切忌敷衍推诿不管。对于群众要求基本合理，但采取的方法过激，甚至违法的突发性群体事件，处置中对当事的群众既要动之以情，晓之以理，也要明之以法，开展强有力的法制宣传教育，使广大群众明辨是非，提高觉悟。对有的群众的不合理要求，要介

绍政策，晓以大义。对于极少数别有用心利用我们工作的失误和部分群众存在的不满情绪挑起事端的幕后策划者、煽风点火者、拒不听劝阻者则要适时地采取强制措施，及时严肃处理。对纯属敌我矛盾范畴的打砸抢事件、政治动乱、暴乱，必须态度坚决，措施果断，充分动用法律手段予以控制和打击。

（5）公

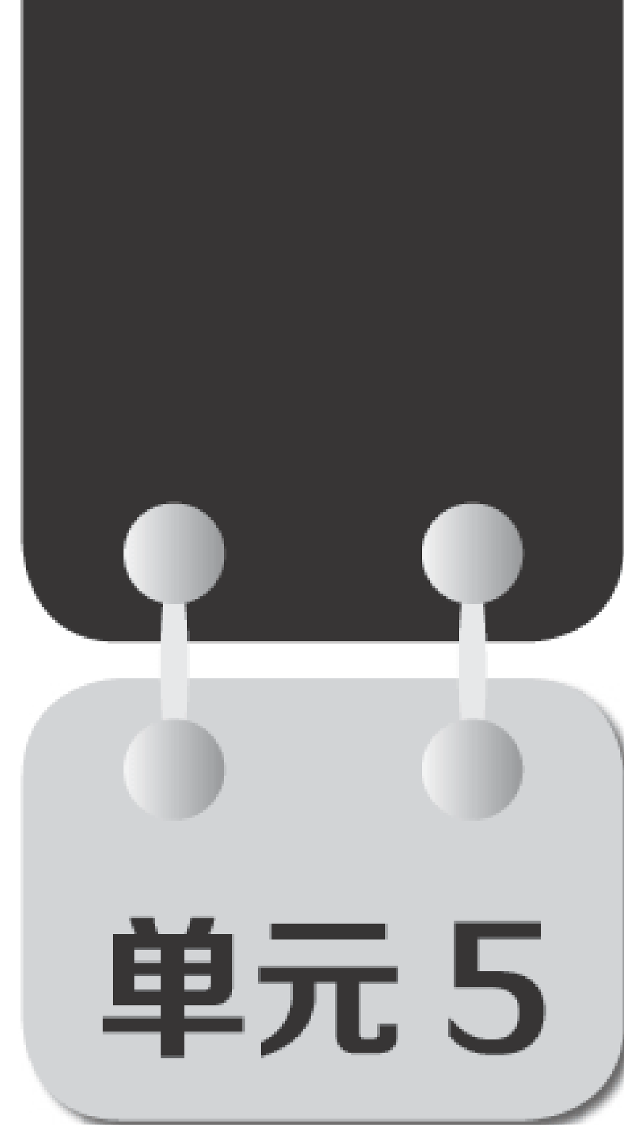
"公"就是分清是非，秉公处理。公生明，廉生威。公正才能明断，明断才能服众。分清是非是秉公执法的依据，也是解决人民内部矛盾的基本方法。不管是何种矛盾引发的突发性群体事件，处理时务必要公正，任何偏袒和压制，都会导致矛盾的激化和事态的恶化。

（6）清

"清"就是全面总结经验，彻底清除复发隐患和同类事件发生的根源。当事件被平息后，不能在"总算过去了"的心态支配下将其束之高阁，更不应该有"不堪回首"的心理，要敢于"复盘"，认真反思。第一，要进一步做好善后工作，彻底清除复发隐患。第二，要及时总结经验教训，举一反三，从中探求规律性的东西，彻底清除同类或相近事件发生的根源。

● 安全思考

（1）学校举办的大型集体活动有哪些类别？
（2）高校大型集体活动的安全隐患有哪些？
（3）怎样建立健全集体活动安全管理机制？
（4）怎样做好大型集体活动安全的预防与应对？



校园公共安全

近年来，大学生的人身伤害、财产损失案件频发，其主要原因是学生安全意识淡漠，安全防范知识几乎是空白。一旦发生不测，就不知所措。因此，了解人身财产侵害和预防与应对技能，对保障大学生人身安全和避免财产损失有着重要意义。大学生经常会出入校内公共场所和社会公共场所，其遇到的安全问题主要有火灾、食物中毒、盗窃、诈骗、抢劫和抢夺、绑架和故意杀人、性侵害等公共性安全事故。



5.1 食物中毒预防及应对

据世界卫生组织统计，全世界每年有数亿人因食物污染而患病，发病率为5%~10%。据全国各地上报的数据，我国平均每年有近5万人因食物中毒而使健康受到损害，每年因食物中毒死亡300多人。

● **身边案例**

◆2016年8月19日22时许，在郑州市金水区经五路的某饭店，河南农业大学学生赵娟（化名）与9名同班同学在参加其中一名学生生日聚餐后，出现疑似食物中毒现象，8名学生住院治疗。经过多天的治疗，均已恢复正常。但10人看病的医药费和误工费该由谁出呢？身体恢复后，赵娟等人写了一份情况报告，并附上吃饭的小票、就诊的各项检查和诊断证明等资料向卫生监督部门进行投诉。接到赵娟等人投诉后，文化路食品药品监督管理所第一时间派人去该饭店进行了检查，并没有发现卫生管理方面有问题。“关键是当事人没有在第一时间报案，目前证据不足。”文化路食品药品监督管理所副所长王新良介绍，定性食物中毒一般要患者出现问题6~8小时进行举报，可拨打12331。错过了最佳时间，很难查清问题。

◆2015年12月3日，@沈阳突发、@沈阳24小时等微博账号在微博中爆料称：“2日晚，东北大学食堂由于食品安全问题导致上百名学生食物中毒，学生呕吐、腹泻不止，东北大学校医院已住满，很多学生自行前往附近医院就诊。”3日11时左右，东北大学官方微博发布情况通报：“2015年12月2日晚，我校有学生到校医院就诊，症状为不同程度的腹泻，个别学生出现呕吐。经治疗，大部分学生已好转。截至12月3日9时，有8人留院观察，没有出现严重症状。”

◆2014年11月16日中午，河北科技大学几名学生食用了校外外卖午餐后，集体出现腹痛现象，后送到校医院和平安医院接受治疗。截至17日早上，大部分学生已经出院。一名该校同学告诉记者，他们班上的同学当天在“饿了么”外卖网站订了学校附近一家餐馆的烤肉饭，吃完后就开始身体不适。另一名该校学生也表示，他认识的两名同学都是通过外卖网站订了同样的烤肉饭，吃后出现恶心、呕吐等症状。17日下午，记者在河北科技大学新校区西门附近看到，为学生们提供烤肉饭外卖的餐馆实体店已经关门歇业。在“饿了么”网站上，曾深受学生欢迎的这家烤肉饭餐馆如今也不见踪影。

1. 食物中毒的预防

为防止食物中毒发生，必须从源头上进行预防。

（1）严格从业人员管理。学校食堂从业人员必须通过身体检查，有相关部门颁发的健康证。要及时对从业人员进行岗前培训，如《食品卫生法》等法律法规、原料采购要求、操作技术规程、食品保鲜等内容；经常进行职业道德教育，并加大平时检查与监管。

（2）确保原料采购质量。要从正规渠道购买食用盐、主食原料、水产品、肉类食品等大宗原料，并尽量做到集体采购；不要购买发芽的土豆与洋葱、有毒蘑菇与鲜黄花菜、变质的水产品与肉类食品、过期的饮料与熟食等。

（3）严格食品加工程序。在食品加工过程中，严格贯彻所有食品烧熟煮透、生熟分开等卫生要求，以免熟食与待加工的生食交叉污染。第一，烹饪加工所用的原料必须新鲜，在进行粗加工时，肉、禽、水产所用的刀、板、盆与蔬菜要分开使用。第二，采购的冻品要彻底解冻，坚持做到“完全解冻、立即烹饪”的原则。第三，烹饪时要适当延长烹饪加工的时间，保证食品温度达到 70 摄氏度以上。第四，蔬菜在烹饪前必须彻底清洗干净，采用“一洗、二净、三烫、四炒”的加工方法；特别是扁豆一定要炒熟。第五，加工凉菜要达到“五专”的加工条件：专人负责、专用调配室、专用工具、专用消毒设备设施、专用冷藏设备；制作凉菜的三个关键环节：保证切拼前的食品不被污染、切拼过程中严防污染、凉菜加工完毕后须立即食用。

（4）若有少量剩余的饭菜须废弃，如想继续使用剩余的饭菜，必须妥善保存、凉透后放入熟食专用冰箱冷藏保存，切不可存放在室温下，再次食用剩饭菜前，必须彻底加热，不可直接掺入新鲜的食品中。

（5）生熟食品要分开存放。热菜储存温度要合适，必须保持在 60 摄氏度以上。不用饮料瓶盛装化学品；存放化学品的瓶子应有明显标志，并放在隐蔽处。

（6）不吃有毒的蘑菇、发芽的马铃薯（内含龙葵素）、木薯和杏仁（内含氢甙）、有毒鱼类（如河豚、金枪鱼、鲭鱼）和贝类（如贻贝、蛤和扇贝）。尽量少吃白果（内含白果酸）、鲜黄花菜（内含秋水仙碱）、四季豆和生豆浆（含有皂素以及溶血酶），如果食用这些食物经过剔除处理和充分加热是可以消除中毒危险的。

（7）保证洗刷和消毒效果。洗刷时一定要注意除去食品残渣、油污和其他污染物，洗刷干净后放入消毒柜内消毒或采用蒸汽消毒和紫外线消毒。及时处理垃圾，消灭老鼠、苍蝇、蟑螂和其他有害昆虫。

（8）要加强个人卫生防疫意识，养成良好的个人卫生习惯，是预防食物中毒的最佳方法。因此要做到“五要六不要”。

“五要”：饭前便后要洗手，公用餐具要消毒，自己食品要看好，购买食品要查证，生吃水果要削皮。

“六不要”：含毒食品不要吃，腌制食品不多吃，海鱼内脏不要吃，不识食物不要吃，不明食物不要吃，摊点饮食不要吃。

（9）外出就餐时，要选择安全、洁净、舒适的地点进餐，选择正规餐馆进餐，不到无证经营或没有经营许可证的餐馆或小摊子上进餐或购买食品。烹调后的食品应在 2 小时内食用。不喝生水。

◆ **温馨提示**

食物中毒事故的类型

食物中毒是由于人们吃了被细菌、细菌毒素、毒物等污染或含有毒性物质的食品而引起的急性疾患。食物中毒按病原物质分类可分为以下 5 类。

（1）细菌性食物中毒。是指人们摄入含有细菌或细菌毒素的食品而引起的食物中毒。引起食物中毒的原因有很多，其中最主要、最常见的原因就是食物被细菌污染。食物被细菌污染主要有以下几个原因：禽畜在宰杀前就是病禽、病畜；刀具、砧板及用具不洁，生熟交叉污染；卫生状况差，蚊蝇滋生；食品从业人员带菌污染食物。夏季是细菌性食物中毒的高发季节。

（2）真菌性食物中毒。真菌在谷物或其他食品中生长繁殖产生有毒的代谢产物，人和动物食入这种毒性物质发生的中毒，称为真菌性食物中毒。中毒发生主要通过被真菌污染的食品，用一般的烹调方法加热处理不能破坏食品中的真菌毒素。真菌生长繁殖及产生毒素需要一定的温度和湿度。因此，中毒往往有比较明显的季节性和地区性。

（3）动物性食物中毒。食入动物性中毒食品引起的食物中毒即为动物性食物中毒。近年，我国发生的动物性食物中毒主要是河豚中毒，其次是鱼胆中毒。

（4）植物性食物中毒。主要有 3 种：将天然含有有毒成分的植物或其加工制品当作食品，如桐油、大麻油等引起的食物中毒；在食品的加工过程中，将未能破坏或除去有毒成分的植物当作食品食用，如木薯、苦杏仁等；在一定条件下，不当食用大量有毒成分的植物性食品，食用鲜黄花菜、发芽马铃薯、未腌制好的咸菜或未烧熟的四季豆等造成中毒。

（5）化学性食物中毒。主要包括：误食被有毒害的化学物质污染的食品；因添加非食品级的或伪造的或禁止使用的食品添加剂、营养强化剂的食品，以及超量使用食品添加剂而导致的食物中毒；因储藏等原因，造成营养素发生化学变化的食品，如油脂酸败造成中毒。

2. 食物中毒事故的应对

（1）建立快速反应机制。出现食物中毒后，特别是集体性食物中毒事件，要及时向学校领导、主管部门和所在地卫生防疫部门反映情况，并及时联系医院，确保第一时间内救治。

（2）及时判断中毒类型。抢救食物中毒患者，时间是最宝贵的。从时间上判断，化学性食物中毒和动植物性食物中毒，自进食到发病是以分钟计算的；生物性（细菌、真菌）食物中毒，自进食到发病是以小时计算的。

（3）有的放矢及时抢救。出现食物中毒症状，有条件的可输入生理盐水；症状轻者让其卧床休息，如果仅有胃部不适，多饮温开水或稀释的盐水，然后及时进行催吐。如果发觉中毒者有休克症状（如手脚发凉、面色发青、血压下降等），应立即平卧，双

下肢尽量抬高，需由他人帮助催吐，并立即送往医院抢救，不要自行乱服药物。

（4）留取样本有利救治。如果是集体中毒，救护工作要有条理；还应尽可能留取食物样本，或者保留呕吐物和排泄物，以便化验使用。对人为投毒的事件，应及时报案，同时保留食品炊具等关键证物，交由警察进行立案调查。

（5）食物中毒的急救方法。一旦有人出现上吐下泻、腹痛等食物中毒，千万不要惊慌失措，应冷静地分析发病的原因，针对引起中毒的食物以及吃下去的时间长短，先采取应急措施，争取救治时间。

一是催吐。如食物吃下去的时间在1~2小时，可采取催吐的方法。立即取食盐20克，加开水200毫升，冷却后一次喝下。如不吐，可多喝几次，迅速促进呕吐。也可用鲜生姜100克，捣碎取汁用200毫升温水冲服。如果吃下去的是变质的荤食品，则可服用十滴水来催吐。有的患者还可用筷子、手指或鹅毛等刺激咽喉，引发呕吐。

二是导泻。如果患者吃下去中毒的食物时间超过2小时，且精神尚好，则可服用些泻药，促使中毒食物尽快排出体外。一般用大黄30克，一次煎服，老年患者可选用元明粉20克，用开水冲服即可缓泻。老年患者体质较好者，也可采用番泻叶15克，一次煎服，或用开水冲服，达到导泻的目的。

三是解毒。如果是吃了变质的鱼、虾、蟹等引起的食物中毒，可取食醋100毫升，加水200毫升，稀释后一次服下。此外，还可采用紫苏30克、生甘草10克一次煎服。若是误食了变质的饮料或防腐剂，最好的急救方法是用鲜牛奶或其他含蛋白质的饮料灌服。

经上述急救，中毒者症状仍未见好转或中毒症状较重，应尽快送往医院治疗。

● **安全思考**

（1）食物中毒有哪些类型？

（2）作为一名大学生，应当怎样预防食物中毒？

（3）当发现有同学食物中毒，你应该怎样进行应对？

5.2 火灾预防及应对

火灾是最常见的一种灾害，火灾的危害是巨大的。近些年，我国发生了不少特大火灾，如2000年12月25日河南省洛阳市特大火灾造成309人死亡，7人受伤，直接经济损失275万元。2002年6月16日凌晨，北京市海淀区“蓝极速”网吧发生火灾，造成25人丧生。2004年，吉林省吉林市中百商厦发生特大火灾，造成54人死亡，70多人受伤，直接经济损失400万元……这些都为我们敲响了警钟。火灾已成为威胁公众安全和社会发展的重要灾害，防止火灾的发生，与群众的切身利益息息相关。高校一旦发生火灾，势必影响教学、科研生产的正常运行，使师生员工陷入困境，造成难以消除的痛苦。大学生入校后，在防火问题上应树立从我做起，从现在做起的意识。

● 身边案例

这里仅以 2012 年我国大学发生的部分火灾事故为例。

◆ 2012 年 3 月 28 日晚，华中师范大学武汉传媒学院男生宿舍区 B 栋 6 楼发生火灾，造成寝室内墙垮塌，学生财物尽毁，仅火灾后清理出的垃圾就装了整整两货车，废墟中有床、计算机等残骸。据介绍，当日 20 时 55 分，一名学生发现失火后，急忙向宿管员报告，宿管员迅速报警后又通知学校领导。学校保安等人员赶至现场，用灭火器、消防水等灭火，有效控制了火势蔓延。消防人员赶到后，很快将大火扑灭。此次火灾，初步判断系电器引发。

◆ 2012 年 4 月 27 日 5 时 50 分许，烟台大学北校区 11 号女生宿舍楼发生火灾，所幸发现扑灭及时，无人员伤亡。疑似违章使用“热得快”酿成火灾。

◆ 2012 年 10 月 18 日凌晨，浙江省杭州市保俶路某大学公寓二楼一房间突然着火，有学生被困。接到报警后，杭州消防支队西湖大队迅速出动 3 辆消防车，17 名官兵火速赶赴现场，只花了 5 分钟便扑灭明火。由于疏散及时，扑救得当，火势没有进一步蔓延，火灾未造成人员伤亡。火灾原因疑似使用“热得快”烧开水引发。

◆ 2012 年 10 月 29 日 5 时左右，长春大学旅游学院一宿舍楼电器短路发生火灾，宿舍同学及时发现，宿舍管理员和保安 5 分钟内成功将楼内 400 多名学生疏散，并且在消防官兵赶到前将火扑灭。经过初步调查，失火原因是由于宿舍同学电器使用不当，清晨供电时电器短路造成。

◆ 2012 年 10 月 24 日 16 时许，中国矿业大学南湖校区化工学院楼 A215 室“煤全组分分离与应用研究室”发生火灾。实验过程中，学生戴某在将二硫化碳（易燃化学品）溶剂从烧杯向离心杯转移时，不慎将二硫化碳溶剂溅落到旁边正在加热的电磁炉上，起火燃烧。事故发生后，戴某立即脱下实验服盖住火焰，一名学生切断实验室电源，另两名学生取来灭火器灭火并拨打火灾报警电话、通知实验室负责人秦某。火灾事故原因是由于实验人员未严格按实验操作规程进行操作引起的。

1. 火灾预防

实验室一般精密贵重仪器较多，有许多可燃易燃物品，操作中需用火电等，故火灾的可能性大。

（1）实验室火灾预防。参加实验的学生在教师的指导下，应严格遵守安全制度与有关操作规定，树立“安全第一”的思想，切实做到以下几条。

第一，参加实验的学生，必须了解实验中存在的或可能发生的不安全因素，掌握一旦发生事故的应对方法；必须了解实验室内和周围的消防器材存放地点及其使用方法，会扑灭初期火灾。

第二，要遵守各项安全管理规定、安全操作规程和有关制度。

第三，使用仪器设备前，应认真检查电源、管线、火源、辅助仪器设备等情况；使用完毕应认真进行清理，关闭电源、火源、气源、水源等，还应清除杂物和垃圾。

第四，涉及使用易燃易爆危险品时，一定要注意防火安全规定，按照规定一丝不苟地进行操作，用剩的化学试剂，应送规定的安全地点存放。

第五，严格实验室用电制度，用电及电器安装要符合国家规定。

（2）公共场所防火。进入公共场所、林区、草原、自然保护区和风景名胜区等，只要人们具有较强的消防安全意识，自觉遵守执行消防法规法律，大多数火灾是可以预防的。

第一，要遵守公共场所消防安全制度和有关规定，做到不携带易燃易爆物品去公共场所，例如，汽油、酒精等。

第二，不携带火柴、打火机等火种和易燃易爆品进入公共场所、林区、草原、自然保护区和风景名胜区。

第三，进入公共场所、林区、草原、自然保护区和风景名胜区等，要做到不吸烟或随地丢弃烟头、火种；不使用明火照明。

第四，自觉保护公共场所、林区、草原、自然保护区和风景名胜区的消防设施、设备。不随便接触公共场所的电器设备开关；不玩弄电线，以免触电或引起短路。

第五，进入公共场所、林区、草原、自然保护区和风景名胜区，要熟悉所处位置基本情况，熟悉消防通道的位置。

第六，注意树林草坪防火。对树林草坪更要注意防火；做到不使用明火，严禁做容易引起火灾的游戏；严禁在树林草坪中吸烟；一旦发现火灾隐患要及时向有关部门报告；秋冬季节及干旱天气尤其要注意防火。

2. 灭火器的安全使用

消防器材中的灭火器是一种可由人力移动的轻便灭火器具，它能在其内部压力作用下，将所充装的灭火剂喷出，用来扑救火灾。灭火器种类繁多，其适用范围也有所不同，只有正确选择灭火器的类型，才能有效地扑救不同种类的火灾，达到预期的效果。常见的灭火器主要有手提式化学泡沫灭火器、干粉灭火器和二氧化碳灭火器。

（1）手提式化学泡沫灭火器及其使用方法。手提式化学泡沫灭火器适用于扑救如油制品、油脂等引起的火灾。但不能用于扑救水溶性可燃、易燃液体的火灾，如醇、酯、醚、酮等物质火灾，也不能扑救带电设备等的火灾。

其使用方法是：可手提筒体上部的提环，迅速奔赴火场。这时应注意不得使灭火器过分倾斜，更不可横拿或颠倒，以免两种药剂混合而提前喷出。当距离着火点 10 米左右，即可将筒体颠倒过来，一只手紧握提环，另一只手扶住筒体的底圈，将射流对准燃烧物。在扑救可燃液体火灾时，如已呈流淌状燃烧，则将泡沫由远而近喷射，使泡沫完全覆盖在燃烧液面上；如在容器内燃烧，应将泡沫射向容器的内壁，使泡沫沿着内壁流淌，逐步覆盖着火液面。切忌直接对准液面喷射，以免由于射流的冲击，反而将燃烧的液体冲散或冲出容器，扩大燃烧范围。在扑救固体物质火灾时，应将射流对准燃烧最猛

烈处。灭火时随着有效喷射距离的缩短，使用者应逐渐向燃烧区靠近，并始终将泡沫喷在燃烧物上，直到扑灭。使用时，灭火器应始终保持倒置状态，否则会中断喷射。

手提式化学泡沫灭火器存放应选择干燥、阴凉、通风并取用方便之处，不可靠近高温或可能受到暴晒的地方，以防止碳酸分解而失效；冬季要采取防冻措施，以防止冻结；并应经常擦除灰尘、疏通喷嘴，使之保持通畅。

（2）干粉灭火器及其使用方法。碳酸氢钠干粉灭火器适用于易燃、可燃液体、气体及带电设备的初起火灾。磷酸铵盐干粉灭火器除可用于上述几类火灾外，还可扑救固体类物质的初起火灾。但都不能扑救金属燃烧火灾。

其使用方法是：可手提或肩扛灭火器快速奔赴火场，在距燃烧处 5 米左右，放下灭火器。如在室外，应选择在上风方向喷射。使用的干粉灭火器若是外挂式，操作者应一只手紧握喷枪，另一只手提起储气瓶上的开启提环。如果储气瓶的开启是手轮式的，则向逆时针方向旋开，并旋到最高位置，随即提起灭火器。当干粉喷出后，迅速对准火焰的根部扫射。使用的干粉灭火器若是内置式储气瓶的或者是储压式的，操作者应先将开启把上的保险销拔下，然后握住喷射软管前端喷嘴部，另一只手将开启压把压下，打开灭火器进行灭火。有喷射软管的灭火器或储压式灭火器在使用时，一只手应始终压下压把，不能放开，否则会中断喷射。

干粉灭火器扑救可燃、易燃液体火灾时，应对准火焰根部扫射，如果被扑救的液体火灾呈流淌燃烧时，应对准火焰根部由近而远，并左右扫射，直至把火焰全部扑灭。如果可燃液体在容器内燃烧，使用者应对准火焰根部左右晃动扫射，使喷射出的干粉流覆盖整个容器开口表面；当火焰被赶出容器时，使用者仍应继续喷射，直至将火焰全部扑灭。在扑救容器内可燃液体火灾时，应注意不能将喷嘴直接对准液面喷射，防止喷流的冲击力使可燃液体溅出而扩大火势，造成灭火困难。如果当可燃液体在金属容器中燃烧时间过长，容器的壁温已高于扑救可燃液体的自燃点，此时极易造成灭火后再复燃的现象，若与泡沫类灭火器连用，则灭火效果更佳。

使用磷酸铵盐干粉灭火器扑救固体可燃物火灾时，应对准燃烧最猛烈处喷射，并上下、左右扫射。如条件许可，操作者可提着灭火器沿着燃烧物的四周边走边喷，使干粉灭火剂均匀地喷在燃烧物的表面，直至将火焰全部扑灭。

（3）二氧化碳灭火器及其使用方法。使用二氧化碳灭火器灭火时，应将其提到或扛到火场。在距燃烧物 5 米左右，放下灭火器，拔出保险销，一只手握住喇叭筒根部的手柄，另一只手紧握启闭阀的压把。对没有喷射软管的二氧化碳灭火器，应把喇叭筒往上扳 70°～90°。使用时，不能直接用手抓住喇叭筒外壁或金属连线管，防止手被冻伤。灭火时，当可燃液体呈流淌状燃烧时，操作者将二氧化碳灭火剂的喷流由近而远向火焰喷射。如果可燃液体在容器内燃烧时，操作者应将喇叭筒提起，从容器的一侧上部向燃烧的容器中喷射。但不能将二氧化碳射流直接冲击可燃液面，以防止将可燃液体冲出容器而扩大火势，造成灭火困难。

推车式二氧化碳灭火器一般由两人操作。使用时两人一起将灭火器推到或拉到燃烧处，在离燃烧物 10 米左右停下，一人快速取下喇叭筒并展开喷射软管后，握住喇叭

筒根部的手柄，另一人快速按逆时针方向旋动手轮，并开到最大位置。灭火方法与手提式的方法一样。

使用二氧化碳灭火器时，在室外使用的，应选择在上风方向喷射；在室内窄小空间使用的，灭火后，操作者应迅速离开，以防窒息。

3. 高楼火灾事故应急

高层建筑楼道狭窄、楼层高，发生火灾不容易逃生，救援困难，而且常因人员拥挤阻塞通道，造成相互踩踏的惨剧。

（1）及时扑救。可利用各楼层的消防器材扑灭初期火灾。

（2）向下不向上。因火势向上蔓延，应用湿棉被等物做掩护快速向楼下有序撤离。

（3）关紧房门。离开房间后，一定要随手关门，使火焰、浓烟控制在一定的空间内。

（4）注意防烟。用湿毛巾等物掩住口鼻，保持低姿势前进，呼吸动作要小而浅。带婴儿逃离时，可用湿布轻轻蒙在婴儿脸上。

（5）理性逃生。可利用建筑物阳台、避难层、室内设置的缓降台、救生袋、应急逃生绳等进行逃生。也可将被单、床单、台布等结成牢固绳索系在窗栏上，顺绳滑至安全楼层，如图 5-1 所示。



图 5-1　理性逃生

（6）等待救援。当通道被火封住，逃生无路时，可靠近窗户或阳台向外呼救；同时关紧迎火门窗，用湿毛巾、湿布、湿衣物堵塞门缝，用水淋透房门，防止烟火侵入。有手机的或室内有电话的，用手机或电话同外界加紧联系，争取时间使外界尽快来救援。

（7）靠墙躲避。如果邻近通道，应尽量靠墙躲避，因为消防队员进入室内救援时，大都沿墙壁摸索行进，易被发现。

4. 人员密集场所火灾事故应急

酒店、影剧院、商场、体育馆、娱乐厅等人员密集的场所一旦发生火灾，常因人员慌乱、拥挤而阻塞通道，发生互相踩踏的惨剧，或由于逃生方法不当，造成人员伤亡。

（1）了解和熟悉环境。进入影剧院、商场、酒店、娱乐厅等公共场所时，要观察太平门、安全出口、灭火器的位置，并注意查看安全疏散指示标志，了解紧急救生路线。一旦发生火灾，可及时疏散和灭火。

（2）迅速撤离。一旦听到火灾警报或意识到自己被火围困，要立即设法撤离。

（3）保护呼吸系统。逃生时可用毛巾或餐巾布、口罩、衣服等将口鼻捂严，否则会有中毒和被热空气灼伤呼吸系统软组织而窒息致死的危险。

（4）通道疏散。如利用疏散楼梯、消防电梯、室外疏散楼梯快速撤离等，也可考虑利用窗户、阳台、屋顶、避雷针引线、落水管等脱险。

（5）绳索滑行。用结实的绳子或将窗帘、床单、被褥等撕成条，拧成绳，用水蘸湿后将其拴在牢固的暖气管道，窗框、床架上，被困人员逐个顺绳索滑到下一楼层或地面。

（6）低层跳离。适用于两层楼。跳前先向地面扔一些棉被、枕头、床垫、大衣等柔软物品，以便“软着陆”。然后用手扒住窗户，身体下垂，自然下滑，以缩短跳落高度。

（7）借助器材。通常使用的有缓降器、救生袋、网、气垫、软梯、滑台、导向绳、救生舷梯等。

（8）暂时避难。在无路逃生的情况下，可利用卫生间等暂时避难。避难时要用水喷淋迎火门窗，把房间内一切可燃物淋湿，延长时间。在暂时避难期间，要主动与外界联系，以便尽早获救，如图 5-2 所示。



图 5-2　暂时避难

（9）利用标志引导脱险。在公共场所的墙上、顶棚上、门上、转弯处都设置“太平门”“紧急出口”“安全通道”“火警电话”和逃生方向箭头等标志，被困人员按标志指示方向顺序逃离。

（10）利人利己。遇到不顾他人死活的行为和前拥后挤现象，要坚决制止。只有有序地迅速疏散，才能最大限度地减少人员伤亡。

◆ 经验推介

因势选择火场逃生自救方法

（1）绳索自救法

家中有绳索的，可直接将其一端拴在门、窗档或重物上沿另一端爬下。过程中，脚要成绞状夹紧绳子，双手交替往下爬，并尽量采用手套、毛巾将

手保护好。有条件的可以使用缓降器逃生。

（2）匍匐前进法

由于火灾发生时烟气大多聚集在上部空间，因此在逃生过程中应尽量将身体贴近地面匍匐或弯腰前进。

（3）毛巾捂鼻法

火灾烟气具有温度高、毒性大的特点，一旦吸入后很容易引起呼吸系统烫伤或中毒，因此疏散中应用湿毛巾捂住口鼻，以起到降温及过滤的作用。

（4）棉被护身法

用浸泡过的棉被或毛毯、棉大衣盖在身上，确定逃生路线后用最快的速度钻过火场并冲到安全区域。

（5）毛毯隔火法

将毛毯等织物钉在或夹在门上，并不断地往上浇水冷却，以防止外部火焰及烟气侵入，从而达到抑制火势蔓延速度、增加逃生时间的目的。

（6）被单拧结法

把床单、被罩或窗帘等撕成条或拧成麻花状，按绳索逃生的方式沿外墙爬下。

（7）跳楼求生法

火场切勿轻易跳楼！在万不得已的情况下，住在低楼层的居民可采取跳楼的方法进行逃生。但要选择较低的地面作为落脚点，并将床垫、沙发垫、厚棉被等抛下做缓冲物。

（8）管线下滑法

当建筑物外墙或阳台边上有落水管、电线杆、避雷针引线等竖直管线时，可借助其下滑至地面，同时应注意一次下滑时人数不宜过多，以防止逃生途中因管线损坏而致人坠落。

（9）竹竿插地法

将结实的晾衣竹竿直接从阳台或窗台斜插到室外地面或下一层平台，两头固定好以后顺竿滑下。

（10）攀爬避火法

通过攀爬阳台、窗口的外沿及建筑周围的脚手架、雨棚等突出物以躲避火势。

（11）楼梯转移法

当火势自下而上迅速蔓延而将楼梯封死时，住在上部楼层的居民可通过老虎窗、天窗等迅速爬到屋顶，转移到另一家或另一单元的楼梯进行疏散。

（12）卫生间避难法

当实在无路可逃时，可利用卫生间进行避难，用毛巾紧塞门缝，把水泼在地上降温，也可躺在放满水的浴缸里躲避。但千万不要钻到床底、阁楼、大橱等处避难，因为这些地方可燃物多，且容易聚集烟气。

（13）火场求救法

发生火灾时，可在窗口、阳台或屋顶处向外大声呼叫、敲击金属物品或投掷软物品，白天应挥动鲜艳布条发出求救信号，晚上可挥动手电筒或白布条引起救援人员的注意。

（14）逆风疏散法

应根据火灾发生时的风向来确定疏散方向，迅速逃到火场上风处躲避火焰和烟气。

（15）“搭桥”逃生法

可在阳台、窗台、屋顶平台处用木板、竹竿等较坚固的物体搭在相邻建筑上，以此作为跳板过渡到相对安全的区域。

● **安全思考**

（1）作为一名大学生，怎样预防火灾发生？
（2）作为一名大学生，应当学会怎样使用灭火器？
（3）如果你在高楼时发生火灾，怎样紧急逃生？
（4）如果你在人员密集场所时发生火灾，怎样紧急逃生？

5.3 诈骗预防及应对

诈骗是指以非法占有为目的，用虚构事实或隐瞒真相的方法，骗取款额较大的公私财物的行为。诈骗的特点是编造出种种谎言，制造出各种假象，骗取受害人的信任，在受害人同意的情况下，将受害人或者受害单位的公私财物非法据为己有。

● **身边案例**

高校常见诈骗案例

◆**好心借钱，手机被骗**　2003年9月19日19：30，某高校03级学生王某在教学楼前，遇到两位（两个男子）自称是上海某大学学生的年轻人，称身上的钱已用完，向王某借了100元人民币，随后他们又称手机无电，需要换借王某的手机用，王某把自己的手机借给了他们，他们留下“三星”牌手机做抵押后便溜走了，王某后来发现此手机是玩具手机。

◆**“手机”换手机，骗人鬼把戏**　2003年9月25日22时左右，某高校经管学院01级学生戚某，在行政楼遇到两位（一男一女）自称是山东某大学学生的年轻人，称到广州考察园林设计，身上的钱已用完，想用戚某的银行账号转账，戚某未同意。随后他们以手机无电又要急于去机场接人为由，提出以他们自己的手机抵押换借戚某的手机。戚某答应了，将自己的手机换给了他们。戚某回到宿舍后，发现他们抵押给他的手机是玩具手机（款式类似

三星 108 型）。

◆**伪装身份，直接骗钱**　诈骗分子李某，西装革履，风度翩翩，持某电视台台长名片，携带高级摄像机一部，来到一所高校学生宿舍，声称要招收若干名电视台节目主持人，每人先交 50 元报名费，经考试合格录用。当即不少学生与李某结交,并有 20 多名学生报名交款。李某为这 20 多名学生录了像，说是带回去审核时做参考。结果，李某骗得 1000 余元后，逃之夭夭。

◆**推销紧俏商品，以假钞骗真钞**　2003 年 5 月，不法分子张某和廖某探听到某高校刚发过奖学金，有意到女生宿舍行骗。她们带着紧俏的真皮背心去推销，优惠价说成 108 元，称交朋友，只收整数 100 元。行骗者事先就在衣兜里装好一张 100 元票面的假钞，买真皮背心的女生付 100 元票面的真钞，行骗者接过去往衣兜里一插，马上又拿出来还给对方说:“最好付零钱”。纯朴的学生万万想不到瞬间返还她的钱已经不是她刚才付的那张真钞了，又拿了两张 50 元的真钞付给对方。等得知上当时，追行骗者已经来不及了。

◆**谎称学生车祸，诈骗家长钱财**　某高校学生李某接到一个陌生电话，对方谎称电信系统出现故障，要求李某关掉手机，李某信以为真就将手机关掉。不久，李某家长接到一位自称是李某辅导员的电话，称李某在广州出了车祸需马上动手术，叫李某的家长立即汇 1 万元人民币到其指定的银行账号上。李某家长觉得此事蹊跷，便没有轻易将钱汇出，而是通过各种途径与学校有关部门和李某取得联系,证实此事纯属子虚乌有,戳穿了诈骗分子的骗局，避免了钱财的损失。

◆**毕业打工忙，防骗切莫忘**　2004 年 3 月，某高校毕业班学生陈某（女性），接到一位自称是东莞市某企业的电话并约陈某到东莞面试，陈某到东莞车站后与对方联系,不久有两位骑摩托车的人前来“接”陈某,与陈某见面后，对方其中一人随即假装打电话，后称其手机无电要借用陈某的手机向单位报告已“接”到陈某的情况，陈某将手机借给对方用，他们拿到陈某的手机后，随即驾驶摩托车逃走。特别提示:在上述两宗诈骗案中诈骗分子所采取用的诈骗手段是:从网上或通过其他方式获取毕业生的个人资料和联系电话。用电话联系学生并急邀学生到其单位面试。不告诉学生其单位的具体地址和路段号（只告诉学生到车站或某地后用电话与其联系）。当学生到达某地后，对方会以有“顺便人”（如有业务员、采购员路过或住附近的公司员工）去接学生到其公司（或单位）。当“顺便人”（其实是诈骗分子的同伙，一般有两人骑摩托车作案较多）出现后，会以各种借口（如手机无电借学生的手机用，采购不够现金等）骗取学生的手机或现金。当骗取手机后，诈骗分子会用骗来的手机再次实施诈骗行为（如发现学生手机是充值的，就会向手机内存的通讯录号码发送“话费不足，请帮忙充值”的信息）。

◆**短信点歌骗话费**　2005 年 10 月 7 日，广州某大学大学生张某收到这样的短信:“您好，您的朋友 13××××××××× 为您点播了一首歌曲，请

您拨打9×××××× 收听。”心怀好奇的张某回拨收听那首歌后，第二个月的话单中就被扣了高额信息费。特别提示：陌生短信坚决不理。

◆**取款机前“告示”不可轻信**　2005年8月12日上午，王某在白云区某银行自动取款机上取钱时，发现取款机旁贴了一张盖有该银行“业务专用章”的“紧急通知”，要求取款人按照通知上要求的步骤取款。王某遂按照要求取款，但钱未能取出。后来王某才知道这份紧急通知系伪造，而他刚才的操作已将自己卡上1000元人民币转移到了犯罪分子的指定账号上。特别提示：利用银行ATM取款机进行诈骗的手段繁多，除上述手法外，还有的是在取款机进卡口上安装截卡装置，吞没取款人银行卡；或在银行自助区、取款机旁挂接非法设备，并张贴操作说明，要求取款人按其步骤操作，从而骗取受害人的卡号和密码。提醒：不要轻信取款机前张贴的“通知”“告示”。遇到“吞卡”的现象时，要直接与银行联系，千万不能相信在取款机前张贴的“通知”“告示”。

◆**寒门学子误入传销陷阱，警方协助解救**　2005年6月25日，女学生葛某为攒学费，应一同学之邀，到濮阳市打工，10多天后，她给家里打电话，以学计算机为名，向父母要4000元现金。此后，她天天向父母催要汇款，后来竟以断绝关系逼迫父母寄钱，父亲只好给她汇去4000元。8月15日，她又给家里打电话，要求表哥3日内到濮阳市。家人发觉有问题，于是，向警方求助。8月31日晚，民警以其表哥已到濮阳市为由，约定和葛某在飞龙车站见面，葛某终于被安全解救。原来，葛某被骗到濮阳市后，落入非法传销分子手中，由于受到非法传销分子的蛊惑较深，她向家人要钱加入非法传销，并要骗表哥来濮阳市充当自己的“下线”。民警动之以情，晓之以理，对葛某进行了耐心的说服教育，使她终于如梦方醒。

1. 校园诈骗的表现形式

目前，诈骗手法逐步升级，犯罪分子利用各种方式行骗。其精心设计的骗术，花样翻新，具有很强的欺骗性、迷惑性，防不胜防。下面是一些最新的和常见的诈骗形式，供同学们了解掌握，进一步增强大家的安全意识，自觉主动地预防诈骗，确保安全。

第一，上门推销、代销诈骗。上门推销是大学生经常遇到的骗局，主要诈骗对象是大一新生。骗子大多采用以厂家寻找销售代理或低于市场价的假冒商品诈骗大学生钱财，推销行骗的物品多与学生的学习生活息息相关，如廉价文具、手机、笔记本电脑、洗发水、运动鞋、小饰品等。而且所推销产品多为假冒伪劣产品。每年都有不少学生因此上当受骗。

第二，兼职诈骗。骗子掌握在校大学生缺少社会经验和工作经验，部分学生想利用周末、假期时间找份兼职工作的心理，采取在网上、报纸上或在校园内张贴的小广告进行招聘兼职在校生。近年来，以招聘兼职为诱饵骗取大学生钱财的项目：一是中介公司招收在校学生为会员，承诺长期为会员提供兼职机会，骗取学生的会员费。二是推

销各类产品、充值卡等，骗取学生交一定数额的产品押金，实质是让学生购买其产品。三是加工工艺品，让学生交钱购买一定数量的工艺品材料保证金，称加工好后回收产品，当交钱后所加工的产品骗子是根本不会回收的。四是招聘兼职打字员之类的，同样是以交资料保证金为由骗取学生钱财。

第三，求职诈骗。

◆ **温馨提示**

大学生 10 种求职诈骗

（1）名曰培训，实为骗钱

一些招聘单位条件诱人，不收取任何抵押金、带薪培训等，但一旦上岗后却要求求职者购买本公司产品，提出“象征性”地收取费用。

（2）先“洗脑”，再骗钱

某公司招聘，考试后一名男子站在十几名求职者面前开始演讲。一番煽动性的演讲加培训后，各位求职者基本已被“洗脑”，心甘情愿地交出集资款。

（3）跨省招工行骗，再行“打劫”

一些大学生通过网络或其他形式在外地发现适合自己的工作，与对方联络后，前往企业所在地面试。结果前来接站的人常常会以借用电话或其他事由骗取求职者财物，更有甚者将求职者带到偏僻的地方直接实施抢劫。

（4）先交押金，后被开除

在第一个月工作结束后，企业只付给求职者工资的一半，并称另一半为抵押金，说离职的时候退还。此后就以没完成工作量或其他借口将求职者开除，并扣下抵押金。

（5）给一份钱，干多份活

一些私人企业在招聘时打出一份职务，上岗工作时一个人要干几份活，而工资只开一份。

（6）签合同，捆住腿

用人单位在所签订的劳动合同中规定了不少日后可能发生争议情况的处理办法，这些处理办法对于求职者的权利没有保护，却在惩罚员工方面有严格规定。

（7）名义招聘，实则诱人犯罪

如果招聘者夸夸其谈，反复强调招聘职位轻松、能拿高薪，很有可能是在引诱你加入传销、色情及其他非法机构。

（8）“境外就业”

部分人力资源公司、商务咨询公司等中介机构发布“境外”招聘信息，实则被奴役。

（9）招聘劳务工，“合同制”做门面

在发布招聘信息时注明工作性质为合同制，不少求职者由此感到合同制

较为正规，单位能为其缴纳社会保险费用，欣然前往应聘。但在面试时却被单位告知该岗位只招劳务工。由此造成了求职者徒劳往返应聘。

（10）试用期陷阱

主要表现方式是，以试用期的名义，来获取廉价的劳动力。例如，是以各种理由告诉求职者是不合格的，公司解聘也是无奈之举，从而再以很少的薪水继续招聘同样也不会熬过试用期的新人，周而复始，降低成本。

第四，传销陷阱。传统的传销活动表现为传销人员以亲戚拉亲戚，朋友骗朋友的方式发展下线，但这种模式面窄、人少，传销组织想要更多地发展下线比较难，而且要费尽心思。目前，传销组织又玩出一种新型的诱骗发展下线方式，他们利用大学毕业生怀着远大抱负，希望早日将自己所学报效祖国、回馈社会，体现人生价值，而且急于想找到工作的心理，通过窃取大学生求职信息，编造各种理由，诱骗其一步步走进他们设下的陷阱。

◆ **温馨提示**

大学生传销常见陷阱

（1）以介绍兼职、低成本创业等名义，让人非法聚集，以面对面集中授课“洗脑”的形式，用“财富、梦想、荣耀、成功”等词语诱导他人参与。

（2）在网上开辟专门网站，诱人上当，这些信息往往以“资本运作”“电子商务”“网络销售”“网络加盟”“私募基金”“股权投资”“网络直销”“网上培训”“点击广告即可获利”等形式出现。

（3）在网上建立传销系统，通过互联网发展人员，要求缴纳一定费用或购买产品、积分、返利等，并且要求继续拉人加入或发展下线。

（4）同学、老乡极力拉拢关系，描绘美好前景，但又含糊其辞，或有较好的投资、创业项目合作，并要求你去实地考察，只要你去了可能就进入传销设置的圈套。

（5）大学生找工作时，对方以所谓合法公司为掩护，打着高科技、新产品的幌子，以产品直销为名，宣传增设专卖店、实现连锁销售、创建概念店、申办体验馆、出资购买区域发展加盟商的权利等，通过发展加盟商按层级收取加盟费吸引他人参与。

第五，冒充银行工作人员诈骗。目前，社会上出现了一种新型的电信诈骗，犯罪分子利用“中国银行E令行卡过期”、网银升级、信用卡升级、网银密码升级等虚假信息实施诈骗。诈骗分子利用中国银行网上转账只需输入常规静态密码及E令（中国银行网银客户持有的动态密码显示设备）的动态口令,无须USBKey（硬件数字证书载体）的特点，通过发送“中国银行E令行卡过期”等虚假短信息，诱骗受害人登录与中国银行官方网址相似的“钓鱼网站”，从而窃取受害人的登录账户和密码口令。一旦得手，犯罪分子迅速通过网上转账将受害人账户内的资金全部转走。

第六，以“车祸、摔伤住院”为由诈骗。嫌疑人冒充医务人员或学校辅导员等身份，通过打电话给事主家人或朋友，谎称其子女“出车祸”或“急病”住院，急需汇医疗费，从而达到骗钱的目的。

第七，盗用QQ，事先录制QQ视频诈骗。骗子事先通过盗号软件和强制视频软件盗取QQ号码使用人的密码，并录制对方的视频影像，随后登录盗取的QQ号码与其好友聊天，并将所录制的视频播放给其好友观看，骗其信任，从而诈骗钱款。

第八，电话诈骗。嫌疑人通过拨打事主电话冒充其外地朋友、亲戚或单位熟人，谎称出差办事，以出车祸、赌博或打架被抓等借口，要求事主通过银行汇款进行诈骗。

第九，网络购物诈骗。骗子常用“钓鱼网站”以远低于市场价格兜售商品。为增加可信度，骗子常声称商品来自走私、罚没、赃物等非正常渠道。若事主信以为真，一旦打开网页并输入账户和密码，骗子很快就会将账户资金全部盗走。

第十，虚假中奖信息诈骗。虚假中奖信息诈骗是骗子借助网络、短信、电话、刮刮卡、信件等媒介为平台发送虚假中奖信息，继而以收取手续费、保证金、邮资、税费为由骗取钱财。

第十一，发布出售特价飞机票或火车票的信息实施诈骗。骗子通常在百度、赶集网等一些合法正规的电子商务网站上租赁一个网站，虚设××航空公司订票网站，在该网站发布虚假的廉价机票信息，一旦受害人与其联系后，便以需要订金等形式要求欲购者汇款。

第十二，无偿提供贷款诈骗。嫌疑人通过互联网、电话、短信等方式发送虚假贷款信息，一旦有事主与其联系，则以收取贷款人保证金、利息等名义，骗取钱财。

第十三，冒充邮局工作人员进行诈骗。此类犯罪手法以短信形式，发送诈骗信息称：受害人有包裹被邮局查扣，内有毒品和大量现金涉嫌刑事犯罪，让受害人交不低于3万元的“茶水费”，以“摆平”此事。其实，这种骗术并不算高明，嫌疑人无非是利用受害人怕与走私贩毒案件牵扯到一起的心理，通过恐吓、诱骗等手段，引诱受害人一步步地进入他们精心设计的骗局进行诈骗。

2. 针对大学生诈骗犯罪的特征

（1）手段智能。作案人在高校作案行骗时，一般都是利用丰富的知识、技能经验，经过精心的策划，设置诱饵，使受骗者落入圈套。常使用科技性高、迷惑性强的手法提高诈骗效果。

（2）诈骗手段多样。作案人常根据不同情况使用不同的方式进行诈骗。

◆ 温馨提示

校内诈骗作案的主要手段

（1）假冒身份，流窜作案

诈骗分子往往利用假名片、假身份证与人进行交往，有的还利用捡到的身份证等在银行设立账号提取骗款。骗子为了既能骗得财物又不露出马脚，

通常采用游击方式流窜作案，财物到手后即逃离。还有人以骗到的钱财、名片、身份证、信誉等为资本，再去诈骗他人、重复作案。

（2）投其所好，引诱上钩

一些诈骗分子往往利用被害人急于就业和出国等心理，投其所好、应其所急施展诡计而骗取财物。

（3）真实身份，虚假合同

利用假合同或无效合同诈骗的案件，近几年有所增加。一些骗子利用高校学生经验少、法律意识差、急于赚钱补贴生活的心理，常以公司名义、真实的身份让学生为其推销产品，事后却不兑现诺言和酬金而使学生上当受骗。

（4）借贷为名，骗钱为实

有的骗子利用人们贪图便宜的心理，以高利集资为诱饵，使部分教师和学生上当受骗。

（5）以次充好，恶意行骗

一些骗子利用教师、学生“识货”经验少又苛求物美价廉的特点，上门推销各种产品而使师生上当受骗。更有一些到办公室、学生宿舍推销产品的人，一发现室内无人，还会顺手牵羊、溜之大吉。

（6）招聘为名，设置骗局

为了减轻家庭负担，勤工俭学已成为大学生谋生求学的重要手段。诈骗分子往往利用这一机会，用招聘的名义对一些“无知”学生设置骗局，骗取介绍费、押金、报名费等。

（7）骗取信任，寻机作案

许多诈骗分子常利用一切机会与大学生拉关系、套近乎，或表现出相见恨晚而故作热情，或表现得十分感慨以朋友相称，骗取信任后常寻机作案。诈骗分子何某在火车上遇到某高校回家度假的学生杨某，交谈中摸清了该生家庭和同学的一些情况。何某得知杨某同班好友李某假期留校后，便返身到该校去找李某，骗得李某的信任后受到了热情款待。第二天，8个学生寝室遂被洗劫一空，而何某却不辞而别了。

（8）编造谎言，骗取钱财

在车站、码头，甚至在校园内，经常发现一些青年人假冒首都某大学来宁实习的学生，向你装出一副可怜相，借口与同行的老师和同学失散，而学校又急电让其乘飞机返校，借此骗取大学生的钱财，且屡屡得逞。有的还以学生发生意外或生病急需用钱治病为由，骗取学生家长的钱财，也往往容易得逞。

（3）目标上的选择性。诈骗分子在高校中行骗，一般与受骗人都有过较长时间的正面接触，既可能有面对面的交谈，也可能有信函交往，还有可能通过网络认识。作

案人选择行骗对象时，常选择这样的人：求人帮忙，轻率行事的；疏于防范，感情用事的；贪图便宜，财迷心窍的；思想单纯，防范较差的；贪图虚荣，遇事不理智的；贪小便宜，急功近利的。

3. 诈骗案件的预防与处置

（1）提高防范意识，学会自我保护。社会环境千变万化，青年学生必须尽快适应环境，学会自我保护。要积极参加学校组织的法制和安全防范教育活动，多知道、多了解、多掌握一些防范知识，对于自己有百利而无一害。在日常生活中，要做到不贪图便宜、不谋取私利；在提倡助人为乐、奉献爱心的同时，要提高警惕性，不能轻信花言巧语；不要把自己的家庭地址等情况随便告诉陌生人，以免上当受骗；不能用不正当的手段谋求择业和出国；发现可疑人员要及时报告，上当受骗后更要及时报案、大胆揭发，使犯罪分子受到应有的法律制裁。

（2）交友要谨慎，避免以感情代替理智。人的感情是主体与客体的交流，既是主观体验也是对外界的反映，本身应该包含合理的理智成分。如果只凭感情用事、一味“跟着感觉走”，往往容易上当受骗。交友最基本的原则有两条：一是择其善者而从之。真正的朋友应该建立在志同道合、高尚的道德情操的基础上，是真诚的感情交流而不是简单的利益关系，要学会了解、理解和谅解。二是严格做到“四戒”。即戒交低级下流之辈，戒交挥金如土之流，戒交吃喝嫖赌之徒，戒交游手好闲之人。与人交往要区别对待，保持应有的理智。对于熟人或朋友介绍的人，要学会“听其言，察其色，观其行”而不能“一是朋友，都是朋友”。对于“初相识的朋友”，不要轻易“掏心窝子”，更不能言听计从、任其摆布利用。对于那些“来如风雨，去如微尘”的上门客，态度要热情、处置要小心，尽量不为他们提供单独行动的时间和空间，以避免给犯罪分子创造作案条件。

（3）同学之间要相互沟通、相互帮助。在大学里，无论哪个学院、哪个专业，班集体总是校园中一个最基本的组织形式。在这个集体中，大家向往着同一个学习目标，生活和学习是统一的、同步的，同学间、师生间的友谊比什么都珍贵，因此相互间应该加强沟通、互相帮助。有些同学习惯于把个人之间的交往看作个人隐私，但必须了解，既然是交往就不存在绝对保密。有些交往关系，在自己认为适合的范围内适当透露或公开，更适合安全需要，特别是在自己觉得可能会吃亏上当时，与同学有所沟通或许就会得到一些帮助并避免受害。

（4）服从校园管理，自觉遵守校纪校规。为了加强校园管理，学校制定了一系列管理制度和规定。制度总是用来约束人们的行为的，在执行过程中可能会给大学生带来一些不便。但制度又是必不可缺的，况且，绝大多数校园管理制度都是为控制闲杂人员和犯罪分子混入校园作案，以维护学生正当权益和校园秩序而制定的。因此，大学生一定要认真执行有关规定，自觉遵守校纪校规，积极支持有关部门履行管理职能，并努力发挥出自己的应有作用。

（5）发现受骗后，不要怕麻烦、图省事，给骗子有利可图再危害他人，逃避法律制裁。

在校内发现受骗，要及时报告班主任和学校保卫部门；在社会上被骗，要及时报告公安机关。报案时要说明以下情况：一是受骗的时间、地点、人数、过程；二是诈骗分子的特征；三是诈骗手法、骗取的财物名称、数量、特征；四是与诈骗分子谈话的内容及其暴露的社会关系。发现受骗后，要注意保留相关证据，积极协助公安机关破案，最大限度地挽回损失。

● **安全思考**

（1）校园诈骗的表现形式有哪些？

（2）校园诈骗的主要手段和特征有哪些？

（3）大学生应如何避免被骗？发现被骗后应当怎样？

5.4 盗窃预防及应对

盗窃是大学校园的多发性案件，一般占高校中发生的刑事案件数量的80%以上。大学生易被盗窃的物品主要有：一是现金、存折、汇款单和银行卡；二是手机、电脑、数码相机等贵重物品；三是衣物等生活用品。学生宿舍、教室、图书馆、餐厅等公共场所是财产容易被盗的重点场所。

● **身边案例**

2009年江苏省高校盗窃案件发案特点

2009年1—10月，全省高校共立盗窃案件1921起，同比上升3.7%。其中发生在全日制高校的1009起，涉及南京542起，苏州102起，徐州87起，常州79起，淮安60起，扬州36起，南通23起，无锡20起，镇江16起，盐城13起，泰州11起，连云港和宿迁各10起。主要呈现以下四个特点。

一是犯罪分子侵袭目标相对集中。犯罪分子往往瞄准便于携带和销赃的电脑、手机、MP3、投影仪、银行卡和现金实施作案，尤其是电脑、手机成为首选目标，两类案件分别达到563起和431起，合占盗窃案件总数的95%以上，共被盗电脑745台（其中笔记本电脑709台）、手机539部，总价值385余万元。4月2日9时许，南京某大学7间学生宿舍一次性被盗笔记本电脑14台和多部手机，价值12万余元。7月23日凌晨，南京某大学科研楼实验室内7台电脑主机的CPU、内存条和硬盘被盗，总价值约2万元。10月15日至17日，南京某大学学生宿舍连续发生入室盗窃案，被盗笔记本电脑3台。特别是有两所院校今年以来分别被盗笔记本电脑45台、41台；有五所院校被盗电脑均在20台以上。

二是犯罪手段和时空特点比较明显。从案发时间看，开学、放假前后以及上课期间和深夜凌晨这几个时间段，由于学生防范意识较弱、防控力量不

到位等原因，始终处在发案的波峰。从发案部位看，集中在学生宿舍、教室、实验室、图书馆和食堂，发案占比达 85%，特别是女生宿舍盗窃案今年以来有上升趋势。5 月 1 日凌晨，犯罪嫌疑人窜至南京某大学女生宿舍行窃，因惊醒了正在睡觉的一名女生，即强行捂住该女生口鼻企图行凶，后因该女生挣扎呼救，犯罪嫌疑人匆忙逃离现场。10 月 16 日，犯罪嫌疑人窜至南京某大学女生宿舍，乘女生熟睡之际，爬阳台入室盗窃笔记本电脑 3 台。由于该校女生宿舍连续发案未破，部分女生通过网络对校园安全提出质疑，并引发《扬子晚报》等多家媒体追踪报道。从作案手段看，由于部分学校和学生对贵重物品管理与保管不严，不及时关门上锁，给犯罪分子以可乘之机，溜门、翻窗、插片类案件多发、高发。4 月 12 日，某学院部分多媒体教室被犯罪分子溜门入室盗走投影仪 10 台，总价值 14 万余元。2 月 22 日和 4 月 27 日，南京某高校两次被犯罪分子溜门入室，盗走投影仪 13 台，总价值近 10 万元。

三是外来人员流窜作案趋于突出。一些职业化犯罪分子开始将目光转向高校，实施盗窃作案，对师生财产安全构成严重威胁。1 月 1 日夜，暂住在南京江宁区的犯罪嫌疑人张涛、梁小龙窜至东南大学九龙湖校区上海华联超市，采取撬窗入室和撬砸保险柜等手段，将超市内的两台电脑、一台监控设备、7000 余元现金和价值 1 万余元的香烟盗走。5 月 8 日下午，南京市鼓楼公安分局在下关区热河南路一私房出租屋内抓获盗窃犯罪嫌疑人朱华，查获高校被盗投影仪 1 台、笔记本电脑 2 台及大量手机充电器。据朱华交代，4 月 3 日以来，其先后窜至南京邮电大学海外学院、江苏城市职业学校、南京晓庄学院等高校，溜门入室盗窃投影仪 3 台。6 月 1 日凌晨，淮阴师范学院保卫人员在校内巡逻时，将正在作案的犯罪嫌疑人杨某当场抓获，从其身上缴获笔记本电脑 2 台和现金 5000 元。10 月 30 日晚，金陵科技学院保卫人员在幕府校区巡逻时抓获 2 名可疑男子，查获被盗的 7 台投影仪。据审查，当天上午，犯罪嫌疑人在校内踩点后购买了作案工具，晚上潜入教学楼盗窃投影仪 7 台，涉案价值 5 万余元。两人还同时交代了今年 3 月以来，合伙在南京江宁、安徽芜湖等地流窜盗窃高校投影仪的犯罪事实。

四是在校生之间内盗案件不容忽视。当前，高校确有少数学生法制观念淡薄，他们在贪欲的驱使下，利用熟人之间设防不严的漏洞，频繁对身边同学下手，虽然个案损失不大，但总量不小，影响师生安全感，特别是个别学生作案后未被及时发现或仅仅被有关部门降格处理，在侥幸心理的驱使下越走越远，最终沦落为校园大盗。2009 年 1—10 月，全省大学生受刑事处理人员达 171 人，同比上升 8.2%，其中实施盗窃犯罪的 78 人，占 45.6%。1 月 8 日晚，徐州市公安局抓获盗窃犯罪嫌疑人李某（徐州师范大学 2007 级学生）。据调查，李某至去年以来先后在徐州师范大学贾汪校区内实施盗窃作案 5 起，盗得现金及笔记本电脑、手机等物品价值 1 万余元。3 月 2 日，南京市江宁区公安分局抓获重大盗窃犯罪嫌疑人朱某某（南京工程学院 06 级学生），破获南

京工程学院 14 起盗窃笔记本电脑案件，案值 8 万余元。据调查，朱某某原为南京林业大学学生，因为在校期间盗窃被学校开除，后又冒用他人身份参加高考并考入南京工程学院。2007 年年底以来，其多次窜至其他男生宿舍，采用溜门、攀爬、插片等方式盗窃笔记本电脑 14 台。10 月 15 日，宿迁市公安局抓获盗窃犯罪嫌疑人夏某（宿迁学院学生）。经查，夏某于 2008 年 9 月起先后在宿迁学院宿舍、图书馆等处盗窃作案 10 起，窃得笔记本电脑、现金等物，总价值 2 万余元。

1. 大学盗窃案件的主要形式

（1）内盗是指盗窃作案分子为学生内部人员及学校内部管理服务人员实施的盗窃行为。根据有关资料统计，在高校发生的盗窃案件中，内盗案件占一半以上。作案分子往往利用自己熟悉盗窃目标的有关情况，寻找作案最佳时机，因而易于得手。这类案件具有隐蔽性和伪装性。

（2）外盗是相对内盗而言的，是指盗窃作案分子为校外社会人员在学校实施的盗窃行为。他们利用学校管理上的漏洞，冒充学校人员或以找人为名进入校园内，盗取学校资产或师生财物。这类人员作案时往往携带作案工具，如螺丝刀、钳子、塑料插片等，作案时不留情面。

（3）内外勾结盗窃，即学校内部人员与校外社会人员相互勾结，在学校内实施的盗窃行为。这类案件的内部主体社会交往关系比较复杂，与外部人员都有一定的利害关系，往往结成团伙，形成盗、运、销一条龙。如某高校学生聂某在学校附近网吧上网时结识了周边无业青年蔡某，并很快成为好朋友。一天蔡某问聂某有没有什么搞钱的方法，聂某说自己学校自行车好搞，并答应自己在本系同学中低价销售自行车，蔡某当然高兴，于是很快达成一致。蔡某用同样的方法在不远的另一所学校也找到了郭某，三人臭味相投立刻行动，三天工夫聂某搞到了 8 辆自行车交给蔡某，蔡某又交给聂某由郭某转移过来的 5 辆自行车销售。几天时间内两个学校被闹得人心惶惶，造成被盗同学生活不便，心情极为烦躁。

2. 大学盗窃案件的主要特征

一般盗窃案件都有共同点：实施盗窃前有预谋准备的窥测过程，盗窃现场通常遗留痕迹、指纹、脚印、物证等，盗窃手段和方法常带有习惯性，有被盗窃的赃款、赃物可查。由于客观场所和作案主体的特殊性，高校盗窃案件还有以下特点。

（1）时间上的选择性。作案人为了减少违法犯罪风险，在作案时间上往往进行了充分的考虑，因而大多在作案地点无人的空隙实施盗窃。

一是上课时间。学生以学习为主，每天都有紧凑的课程安排，没有上课的学生大部分也上图书馆学习或进行课余活动。因此在上课期间，特别是上午一、二节课，学生宿舍里一般无人，盗窃分子一般都深知此规律，并抓紧这一时间作案，因此这一期

间是外盗作案的高峰期。

二是课间时间。课间休息仅 10 分钟，学生在下课后一般都会走出教室放松，很少有学生回寝室，作案分子特别是内盗作案人员会利用此时机，在盗窃得手后继续回教室上课，给人以没有作案时间的假象。

三是夜间熟睡后。经过一天的学习、活动，大家都比较疲惫，而且学校一般都有规定的熄灯时间，所以上床后很快入睡。盗窃分子趁夜深人静，室内人员熟睡之际行窃，特别是学生睡觉时不关宿舍门窗，这更是给小偷创造了条件。

四是新生入校时。新生刚入校时，由于彼此之间还不太熟悉，加之防范意识较差，偶尔有陌生人到寝室来也会以为是其他同学的老乡或熟人，不加盘问，这给作案分子有可乘之机。

五是军训、学校举办大型活动等期间，学生宿舍活动人员少，易被盗。校园发生和处置突发事件时，往往人们注意力集中到某一点上而无暇顾及其他，盗窃分子往往是乘虚而入、浑水摸“鱼”。

（2）目标上的准确性。高校盗窃案件特别是内盗案件中，作案人的盗窃目标比较准确。由于大家每天都生活、学习在同一个空间，加上同学间互不存在戒备心理，东西随便放置，贵重物品放在柜子里也不上锁，使得作案分子盗窃时极易得手。

（3）技术上的智能性。在高校盗窃案件中，作案主体具有特殊性，高智商的人为多，有的本身就是大学生。在实施盗窃过程中对技术运用的程度较高，自制作案工具效果独特先进，其盗窃技能明显高于一般盗窃作案人员。

（4）作案上的连续性。“首战告捷”以后，作案分子往往产生侥幸心理，加之报案的滞后和破案的延迟，作案分子极易屡屡作案而形成一定的连续性。

（5）手段上的多样性。盗窃分子往往针对不同环境和地点，选择对自己较为有利的作案手段，以获得更大的利益。

（6）动机上的复杂性。一是追求享乐摆阔气——这类作案在大学生内盗案件中占绝大部分比例。少数学生受“金钱至上”等价值观的影响，以致见钱眼开，见利忘义，贪图虚荣，不择手段。比享受、比吃穿，花钱如流水，久而久之打起了歪主意去行窃，这样钱来得快捷又省事省力，还可以继续摆阔。二是经济透支无来源——有少数学生本来经济条件不好，加之花销大，债台高筑，又没有新经济来源支持，怎么办呢？个别学生最后就只有实施行窃，逐步走向犯罪的深渊。三是寻求报复泄私愤——这类盗窃作案人仅仅是出于对他人或对集体的一种报复。有的是出于变态的不平衡心理，看不惯有钱的学生大大方方地花钱而进行偷盗，有的则是因为与同学有其他矛盾转而去偷他的钱物，并加以损毁，从中获得快意。四是心理扭曲变态狂——这类作案人心理扭曲变态，患有盗窃癖，偷盗只是为了得到心理上的满足。

3. 校园盗窃的预防与应对

（1）居安思危，提高自我防范意识。一般防盗的基本方法是人防、物防和技防。其中“人防”是预防和制止盗窃犯罪唯一可靠有效的方法。对大学生而言，提高防范意识，

做好防盗工作，这不仅是个人的事，也是全校师生共同关心的大事。只有人人参与其中，群防群治，才能真正有效地控制和防范盗窃案的发生。事实上发生在大学生周围的盗窃案件大部分是由于大学生自身的防范意识淡薄而引起的，不注意对自身财物的保管，给盗窃作案分子以可乘之机。在日常生活中，大学生应从以下几个环节上加强安全意识培养，提高防盗能力：一是大额现金不要随意放在身边，应就近存入银行，同时办理加密业务，将存折和印鉴、密码、身份证分开存放，最好不将自己的生日、手机或家庭电话号码、学号作为自己的存折或信用卡的密码，防止被他人发现盗取。二是对贵重物品如手机、照相机等，不用时最好锁起来，以防顺手牵羊者盗走。三是不要怕麻烦，随手关窗锁门。四是相互关照，勤查勤问，对陌生人要多留一个心眼。五是积极参与安全值班，共同维护集体利益。

◆ 温馨提示

小偷讲述高校里的“漏洞”

据统计，北京市海淀区28所高校一年就发生失窃案件808起，大学几乎就是一个对小偷不设防的“黄金岛”。高校里究竟有哪些防范“漏洞”以至于被小偷屡屡光顾呢？记者在海淀区看守所采访了主办高校失窃案件的预审员，并听这里的小偷讲述了高校里的“漏洞”。

（1）高校失窃案集中在5个场所

民警介绍，高校失窃案中有一个特点就是专门在高校作案的团伙都有固定的“地盘”，而且多是重复作案的惯犯。很多专偷高校的小偷都是从顺手机逐渐发展到进入宿舍盗窃大宗财物的。高校失窃的地点也集中在5个场所：食堂、宿舍、教室、图书馆、运动场。每个场所容易被侵害的东西都不尽相同，教室和运动场最容易丢的是手机，而到了宿舍，被小偷“顺”走的则多是更加值钱的大件，比如笔记本电脑等。

（2）“高校飞贼”平均年龄二十出头

据了解，这些专门到高校偷东西的嫌疑人有一个显著的共同特征就是都是二十出头的年轻人，以徐某为头目的5人团伙中，最大的徐某也不过23岁，代某和王某都是刚满19岁，本身就与大学生年龄非常接近。根据海淀区警方的统计数字，每年抓获的数十名专偷高校的嫌疑人平均年龄不超过25岁，其中男性占了9成以上。为了掩人耳目，嫌疑人一般都会在穿着上有意向大学生靠拢。代某说：“我们第一次到大学里去偷东西前，徐哥专门嘱咐我要穿比较休闲的衣服，要打扮得像大学生。这样一方面不会引起楼管的注意；另一方面万一作案时碰上哪个学生醒了，也可以谎称走错房间了。”

（3）宿舍：笔记本电脑失窃高发地

徐某等5人最常光顾的场所就是高校的男生宿舍，选择时间则都在早晨6—8时。“很多男生用笔记本电脑上网或者打游戏，一直会熬到深夜或者凌晨，这个时间正是他们补觉的时候，一般睡得比较死。而且，他们一般都是累极

了才睡，很可能没锁宿舍门，也没把笔记本电脑收好锁进柜子里。”据徐某等人回忆，他们在作案的一个多月时间里，没有一个学生会醒过来发现他们。

（4）图书馆、食堂：书包失窃高发地

像徐某等人主“吃”宿舍，而有些团伙则主要盯住图书馆和食堂，这两个地方是学生书包丢失最多的场所。“很多学生下课后直接去食堂，然后把书包往座位上一丢，自己到窗口买饭。这个时候小偷们就挨着桌子‘收包’。我原来接过的一个案子中，其中一名嫌疑人就感慨‘比在地上捡钱还容易’”。路明志说起经手的案例时，对小偷的嚣张异常气愤。而到图书馆里看书或上自习的大学生一旦进入了专心致志的状态，就放松了对自己书包的控制。还有很多同学在图书馆存包处已满的情况下，就直接把包搁在存包的柜子上。

（2）遵守纪律，落实学校安全规定。为营造一个安全学习环境，学校有关部门都制定相关的管理制度来规范大家的日常行为，但有些学生常常为了个人一时之便，置学校的纪律于不顾，违反规定，结果给自己和大家造成财物损失。一是不随意留宿他人。大学生因在宿舍违规留宿造成被盗的例子很多，应该从中吸取教训。日常生活中，同学、老乡、朋友来访本是正常，但有些学生对来访的人并不十分了解，又碍于情面，宁可违反学校的有关规定，也不做对不起朋友、老乡的事，江湖义气实不可取。来客一时无法离校，学校和周边都有招待所、旅店可以接待，万一客人要在宿舍留宿，也应向有关部门报告，并办理相关登记手续，这应该是大学生很正常很礼貌的行为。二是爱护公共财物，保护门窗和室内设施完好无损。有些学生在平时忘带门钥匙后为图省事，毁锁开门，还有部分学生将衣柜、书桌损坏。这些公物损坏后又不报修，使宿舍的门、柜形同虚设，起不到任何保护财物的作用。

（3）提高修养，养成良好的生活习惯。根据有关调查研究表明，盗窃作案分子盗窃欲望的产生在许多情况下一般是受到盗窃目标的诱惑与刺激，加上我们日常生活中的不良习惯给盗窃作案分子提供了机会。如大额现金有意无意在人面前显现，价值贵重的单放机、照相机、随身听任意摆放在室内等，这都是盗窃案件易于产生的原因，所以加强自身财物保管是减少被盗的有效途径。一是注意团结，友好与人相处，形成互相帮助的风气。二是谨慎交友，克服讲哥们义气，少交酒肉朋友，防止引狼入室，甚至同流合污，成为盗贼的帮凶。因此，大学生在交友过程中要特别慎重，擦亮眼睛，以免留下终身悔恨。

（4）发生盗窃案件后的应对。一是保护现场，及时报案。一旦发生被盗案件以后，不要惊慌失措，应迅速组织在场人员保护好现场，并及时向学校保卫部门报告，不得先翻动、查看自己丢了什么东西，否则将现场有关的痕迹物证破坏了，不利于调查取证。二是发现可疑，及时控制。如果自己发现可疑人员，一定要沉着冷静，应主动上前询问，一旦发现其回答有疑问，要设法将其稳住，必要时组织学生围堵，及时向有关部门报告，防范盗贼狗急跳墙，伤及学生。在当场无法抓获盗贼的情况下，应记住

盗贼的特征，包括年龄、性别、身高、胖瘦、相貌、衣着、口音、动作习惯、佩戴手饰等，以便向公安保卫部门提供破案线索。三是及时报失，配合调查。如发现存折被盗，应当尽快到银行挂失。知情人员应当积极配合公安保卫部门的调查取证工作，有的人对身边发案采取事不关己，高高挂起，不愿多讲的态度；有的人在调查人员询问时不敢提供有关情况，怕别人打击报复，怕影响同学的关系等，这些都是错误的，给侦查破案工作带来许多困难，往往也贻误了破案的最好时机，使犯罪分子逍遥法外继续害人。

◆ **温馨提示**

盗窃作案人逃身术

盗窃分子一旦被发现以后，其主要的脱身伎俩有以下 5 招。

一是骗，推说是找人，如同学信以为真，不认真盘问，就被其蒙混过关。这类情况多发生在新生报到、学生开学或放假时期。

二是逃，趁只有一两个人发现，还未曾对其形成合围之势，立即逃之夭夭。这类情况多发生在学校举办大型活动或上课期间。

三是混，有些作案分子因深入宿舍偷盗，一时逃不出来，往往是先逃出发现者的视线，躲藏在厕所、阳台、楼梯拐角等处，然后从容离去。这类情况多发生在学生下课或大量学生返回期间。

四是求，装出一副可怜模样，哀求私了放过他（她）。

五是凶，铤而走险，掏出凶器相威胁。这类情况虽不经常发生，但在捉拿盗贼时，同学们对这一招应有必要的思想准备，防止发生意外。

● **安全思考**

（1）校园盗窃常见的表现形式有哪些？

（2）大学盗窃案件的主要特征有哪些？

（3）预防和应对盗窃的措施有哪些？

5.5　抢劫、抢夺预防及应对

抢劫和抢夺是大学生财产损失的主要形式之一，也是危害大学生财产安全的主要违法犯罪行为。校园内的抢劫、抢夺案件作案时间一般为师生休息或校园内行人稀少、夜深人静之时。作案地点大多发生于校园内比较偏僻、明暗、人少的地带。抢劫的主要对象是携带贵重财物的、单人行走的、看电影或晚自习晚归无伴或少伴的、谈恋爱滞留于阴暗无人地带的大学生。作案人一般为校园附近农村、工厂等单位及本院子弟中不务正业、有劣迹的小青年及进城打工者。这些人一般对校园环境较为熟悉，往往结伙作案，作案时胆大妄为，作案后易于逃匿。

● **身边案例**

◆2016年11月4日5时，安徽省合肥市望江路某职业院校校门口，一名陌生男子问学生小王是否是该校的学生，小王点头称是后，该男子突然掏出手枪对准他，称自己刚经历过枪战，让小王带他去宿舍换衣服。小王在极度恐慌中，带持枪男子去了宿舍。男子换好衣服后，小王被胁迫去了学校附近的早餐店吃饭。后来，通过支付宝转账和ATM机取现，男子抢走了他3500元现金和一部iPhone 6S手机。5日23时前后，小王报警。6日15时，侦查民警在望江路一网吧将嫌疑人范某抓获。8日，范某已被刑事拘留。

◆2014年3月10日23时许，苏某、苏某某、刘某某驾乘一辆摩托车至汕头市嵩山路林百欣职业学校门口，见被害人许某甲、许某乙骑自行车经过，即由乘坐在摩托车后座的苏某动手抢夺被害人许某乙的挂包，被害人许某乙紧抓挂包不放，被告人苏某便持一不锈钢管威胁及用语言恐吓被害人，抢走被害人许某乙的挂包一个，内有现金100多元及"中兴"手机一部（无法估价）。抢得赃款后三被告人共同花用，赃物手机因无法使用被刘某某丢弃。同年4月5日22时多，苏某、苏某某、刘某某与同案人周某某、王某甲、朱某甲、"小弟"7人（在逃）分别驾乘三辆摩托车至汕头市潮汕路月浦社区月兰一巷5号门口，见被害人王某乙、徐某某在该处，遂采用持不锈钢管威胁及拳头殴打的手段，抢走被害人徐某某的"OPSSON"手机一部（价值475元）。作案后手机由刘某某使用。案发后该手机被公安机关缴获并已发还被害人徐某某。

◆2011年10月31日，陈某在上网时发现有一女孩在网上发布求合租房的信息，并且留有电话号码。刚好陈某看到过一则新闻，反映有人通过网络上的此类信息，进入他人房间打劫钱财。由此陈某萌生了实施此种抢劫行为的想法。陈某给被害人发信息，欺骗被害人说替其妹妹租房，在获取被害人的信任后，与被害人约好看房时间。11月1日晚，在与被害人见面后，陈某与被害人一同来到其居住的房间。在假装看房子的过程中，陈某用暴力手段控制受害人，用手机强行拍下被害人裸照，将被害人钱包内的现金人民币1670元及银行卡等物品抢走。11月5日，陈某随身携带一捆绳子和一把刀，窜至某小区内，欲采用同样的方式抢劫时，被警方抓获。2012年2月27日，江西省九江市浔阳区人民法院一审以抢劫罪判处被告人陈某有期徒刑10年，并处罚金1万元，剥夺政治权利1年。

1. 大学抢劫、抢夺案件的特点

（1）时间上的规律性。高校抢劫案一般发生在行人稀少、夜深人静及学校开学特别是新生入学时，具有一定的规律性。因为在行人稀少、夜深人静时，大学生往往孤立无援，而犯罪分子却人多势众，易于得手；学校开学时，大学生一般带有一定数量的

现金，特别是新生入学时，有的新生及家长带有较大数额的现金，为犯罪分子所垂涎。

（2）地点上的隐蔽性。抢劫犯罪分子作案，一般选择校园内较为偏僻或校园周边地形复杂、人少及夜间无路灯的地段。因为这些地方犯罪分子比较容易隐藏，不易被人发现，得手后也容易逃脱。

（3）目标上的选择性。犯罪分子抢劫的主要目标是穿着时髦、携带贵重财物、单身行走及在无人地带谈恋爱的大学生情侣等。

（4）人员上的团伙性。为了抢劫财物这一共同目的，一些犯罪分子往往臭味相投，三五成群，结成团伙，共同实施抢劫。有明确的分工，有的充当诱饵专门物色抢劫对象，有的专门充当打手，有的在抢劫前还进行了周密的预谋。

（5）手段上的多样性。犯罪分子实施抢劫手段通常有抓住部分学生胆小怕事的心理，对被侵害对象进行暴力威胁或言语恫吓，实施胁迫型抢劫；利用部分学生的单纯幼稚，设计诱骗大学生上当，实施诱骗型抢劫；犯罪分子采用殴打、捆绑等行为实施暴力型抢劫；利用大学生热情、好客等特点，冒充老乡或朋友，骗得学生的信任，继而寻找机会用药物将其麻醉，实施麻醉型抢劫等。

◆ **温馨提示**

抢劫和抢夺的关键区分

抢劫是指以非法占有为目的，以暴力、胁迫或者其他令受害人不能反抗、不敢反抗、不知反抗的方式或者方法，当场劫取被害人财物的行为。无论行为人抢劫数额大小，只要行为人实施抢劫行为即可构成抢劫罪，一般处以三年以上有期徒刑。抢夺是指以非法占有为目的，不使用针对被害人人身的暴力、胁迫等强制方法，出其不意、趁其不备公然夺取被害人财物，数额较大的行为，抢夺数额必须达到1000元以上才能构成犯罪。

抢夺与抢劫的区别关键是抢夺行为是直接对物使用暴力（对物暴力），并不是直接对被害人行使足以压制反抗的暴力；行为人实施抢夺行为时，被害人来不及抗拒，而不是被暴力压制不能抗拒，也不是受胁迫不敢抗拒。其次，在对人实施暴力的情况下，区分抢劫与抢夺的关键在于，暴力是否达到了足以压制他人反抗的程度。

2. 大学抢劫、抢夺案件的预防措施

预防抢劫、抢夺案件的发生，要从思想上引起高度的重视，严格遵守学校制定的有关安全规定，并自觉落实到具体的行动中，不给犯罪分子以可乘之机。

（1）校纪校规要记牢。为确保大学生的安全，高校都有相应的纪律规定。如不得擅自在外租房，按时就寝不得晚归等。但总有一部分大学生经常晚归或夜不归宿，这样就给犯罪分子作案提供了机会。

（2）外出结伴不独行。犯罪分子对大学生实施抢劫、抢夺，被抢对象多为单行的。

因此，为了保护自身安全，大学生外出务必结伴而行，晚上最好不外出。

（3）仪表风度不装酷。少数大学生喜欢刻意穿着打扮装酷，往往也给自己埋下祸根。

（4）携带现金不要多。现金是犯罪分子抢劫、抢夺的最主要目标，大学生由于携带现金被发现后易被抢劫，大学生务必引起高度警惕和注意。一定要将多余现金及时存入银行，学费最好通过银行汇兑，平时只带少量的零花钱。

（5）偏僻小道不能走。根据高校抢劫、抢夺案的特点，大学生遭到抢劫、抢夺多发生在比较偏僻、阴暗的地方。因而，为避免受不法侵害，大学生应该选择校园内的大道走，特别是在夜间，莫贪近路走一些偏僻小道。

（6）校外网吧要少进。大学生不要光顾校外网吧，因为一些不法分子在手头较紧时，往往对经常出入网吧的大学生实施抢劫、抢夺。这类案件在校园周围常有发生。

3. 遭遇抢劫、抢夺案件的应对措施

（1）沉着冷静不恐慌。大学生无论何时遭抢劫、抢夺，首先要保持镇定，克服畏惧、恐慌情绪；其次要有正义必然战胜邪恶的信念。只有这样，才能从精神和心理上压倒对方，继而以灵活的方式战胜对手。

（2）力量悬殊不蛮干。犯罪分子实施抢劫、抢夺作案，一般都做了相应准备，要么人多势众，要么以凶器相逼，有的大学生由于生性刚烈，往往鲁莽行事，易被犯罪分子伤害。

（3）快速撤离不犹豫。俗话说“三十六计走为上计”，大学生如遇到抢劫、抢夺时，对比双方力量，感到无法抗衡时，可看准时机向有灯光或人员集中的地方快速奔跑，犯罪分子由于心虚，一般不会穷追不舍，从而可有效避免抢劫案的发生。

（4）巧妙周旋不畏缩。当大学生已处于犯罪分子的控制之下无法反抗时，可先交出部分财物缓和气氛，再理直气壮地向作案人进行法制宣传教育或晓以利害，造成犯罪分子心理上的恐慌而终止作案，或在犯罪分子心理开始动摇放松警惕时，看准机会反抗或逃脱。

（5）留下印记不放过。大学生一旦遭遇抢劫、抢夺，要注意观察作案人，尽量准确地记下其特征，如身高、年龄、发型、体态，衣着、胡须，特殊疤痕、语言及行为等，还可趁其不注意在作案人身上留下暗记，如其衣服上擦墨水等，便于为公安机关侦破案件提供线索。

（6）大声呼救不胆怯。犯罪分子有其胆大妄为和凶悍的一面，更有其心虚的一面，只要大学生把握机会，及时呼救，一些抢劫、抢夺案便可以得到有效的控制。

● 安全思考

（1）大学抢劫、抢夺案件有什么特点？

（2）大学生如何有效预防抢劫、抢夺行为？

（3）大学生如何应对已经发生的抢劫、抢夺行为？

5.6 打架斗殴预防及应对

高校中出现打架斗殴，绝大部分是因为同学之间一些小的矛盾纠纷没有得到及时化解而酿成的。尤其是酗酒后寻衅滋事、打架斗殴比较突出。俗话说：“祸福皆源于口。”大学生应当学会预防、化解纠纷和防止斗殴，增强自律意识，保护自身安全。

● 身边案例

◆ 2017 年 5 月 31 日 19 时许,武汉理工大学发生了一起两名学生斗殴事件，一名学生被宿舍同学砍伤，倒在血泊里，生死不明，现场情况较为血腥。6 月 1 日，武汉理工大学通过官方微博发布消息证实：这起两名学生在宿舍斗殴致伤事件,发生在该校南湖校区,发生时间为 5 月 31 日 19 时许。通报中,校方称，已及时报警。事发后，有多名学生通过网络论坛发布了此事。关于两人之间因何起了冲突，也出现多个版本，其中，“游戏说”较多。据称，两人在一起玩游戏，因游戏内资源分配不均两人发生口角，最终导致其中一名学生动了刀子。

◆ 2004 年 2 月中旬，云南大学学生马加爵，因家境贫寒经常受到同学的鄙视、嘲讽，心理扭曲，于 13—15 日 3 天内，在云南大学鼎鑫学生公寓 6 幢 317 室，用事先购买的铁锤先后 4 次分别将其同班同学唐学李、邵瑞杰、杨开红、龚博杀害。

1. 大学生打架斗殴的原因

引发大学生打架斗殴的原因是多方面的，但直接原因有以下几个方面。

（1）利益与经济。目前，大学生的竞争意识日渐增强，激烈的竞争常导致大学生对利益极为关注，如评优、评奖学金等，由于同学们看法不尽一致，有的甚至妒忌成仇；有的因争水冲凉、争运动场地、座位等生活琐事而引发争端，互不相让而斗殴。经济也是诱发打架斗殴的一个因素。如同学之间有的因共同消费后的经济承担责任有不同意见；有的因相互之间的借、还等经济往来而引发纠纷。

（2）恋爱与交友。在校大学生因恋爱问题导致打架也占有相当的比例。有些同学视恋爱为儿戏，互相玩弄感情，甚至脚踏几只船，引发几个恋人之间争风吃醋，继而结伙斗殴。有的因一厢情愿，恋爱不成，导致心理失调，甚至发展到心理变态，继而引发报复斗殴等恶性案件。极少数学生在交友中，以意气相投的酒肉朋友为对象拉帮结派。他们认为只有哥们义气才是最可信赖的，他们常常依仗人多势众，横行霸道，因而极易酿成聚众的打架斗殴。

（3）猜疑与嫉妒。有些同学因猜忌多疑，总觉得别人跟自己过不去，背地里说自己的坏话；有的说者无心，听者有意，将别人的话胡乱联系，无端嫉恨他人；有的因自

己财物失窃而对同学妄加猜疑，甚至对所谓嫌疑人采取违法的方法进行处理，引发斗殴事件。同样，嫉妒心严重的人，往往对别人的进步和成绩当作对自己的威胁，继而引发恶性斗殴事件，殃及嫉妒对象。

（4）性格与个性。大学生来自五湖四海，各人成长环境和条件各不相同，性格差异较大。性格的差异在同学关系处理过程中，极易引起互相看不惯，互相嫌弃，形成对抗心理，引起纠纷。有些学生在家是个宠儿，为所欲为。到大学里，仍然唯我独尊。这种不正常的心理，在集体生活中不遵守公共道德和行为规范，发生矛盾纠纷时，不仅不能严于律己，而且总觉得别人侵犯自己的尊严。因而在处理与同学之间的矛盾时，态度粗暴，蛮横无理，常为一些生活琐事而各不相让、大打出手。

（5）酗酒。大学生由于酗酒而引起的违法违纪特别是打架斗殴现象时有发生。一些大学生在饮酒前并没有明确的违法动机和准备，但当饮酒到一定程度后，有的因平时琐事或饮酒过程中的几句话等因素引起情绪冲动，失去理智，斗殴厮打，有的甚至一呼即应，殴打伤害无辜。

2. 预防纠纷

纠纷是大学生活中的常见现象，往往会造成严重后果。所以大学生应尽力防止发生纠纷，避免一失足成千古恨。当你预感到可能发生纠纷的时候，希望你尽力做到以下几点。

（1）冷静克制，切莫莽撞。无论争执由哪一方引起，都要持冷静态度，不可情绪激动，这就要求我们讲大度，虚怀若谷。只有“大着肚皮容物”，才能“立定脚根做人”。对于那些可能发生摩擦的小事，要宽容，一笑了之，如果能够做到这一点，就能“猝然临之而不惊，无故加之而不怒”一切纠纷，都会化为乌有。

（2）诚实谦虚。在与同学以及其他人相处中，诚实、谦虚是加强团结，增进友谊的基础，也是消除纠纷的灵丹妙药。有了诚实、谦虚的精神，在发生纠纷的时候，就能认真听取他人的意见，进行认真的自我批评，宽容他人的过失，处理好相互间的争执。要知道，在与他人的交往中，特别在发生争执的时候，诚实、谦虚并不是什么懦弱、妥协，恰恰相反，它是你强大和品德高尚的表现。因为“人有毁我消我者，攻之固益其德，安之亦养其量”，培根说过：“经得起各种诱惑和烦恼的考验，才算达到了最完美的心灵健康”，而“每一次的克制自己，就意味着比以前更加强大”。

（3）注意语言美。实践证明，大学生中的纠纷多数由口角引起，而口角的发生都是恶语伤人的必然结果。俗话说：“病从口入，祸从口出”“话不投机半句多”，深刻揭示了语言与纠纷的辩证关系。语言美是社会主义精神文明的重要内容，当你不小心触犯了别人时，你讲一句“对不起”“很抱歉”“请原谅”，或者别人触犯了你，向你道歉时，你回敬一句“别客气”“没关系”，紧张气氛就会烟消云散，从而化干戈为玉帛。要做到语言美，一是说话要和气，心平气和地与人说话，以理服人，不强词夺理，不恶语伤人。二是说话要文雅，谈吐雅致，不说粗话、脏话。三是说话要谦虚，尊重对方，不说大话，不盛气凌人。

防止发生纠纷的总的原则是：恪守本分，互谅互让，求同存异，理解万岁。

3. 预防斗殴

校园内同学之间交往频繁，由于性格不合、见解不一和利益冲突等原因，必然会引发各种各样的矛盾和纠纷，从而导致打架斗殴现象发生。打架斗殴是校园内的一大公害，成为在校大学生违法违纪行为的主要表现之一。

（1）防突发性斗殴的“偏方”——说服术。突发性斗殴往往是由偶然起因不能冷静对待而引起的。制止这种斗殴首先应采取说服的方法，针对不同的对象，认真讲清道理，指出“行少顷之怒，丧终身之躯”的严重后果，使冲动的头脑迅速冷静下来，不自酿苦酒。

如在游泳池，一同学跳水时不慎撞到另一个同学的身上，他钻出水面后连忙道歉，然而被撞的同学却不予谅解，怒气冲冲地爬上岸来，叉腰喝道：“有种的你上来。”水中的这个同学十分冷静，他清楚地知道，应以理智告诫自己和提醒对方。于是考虑一下便说：“我不上去。但我要向你说明，我不是不敢打架，我知道打架不是解决问题的办法。咱们毕竟是受高等教育的人，我怕周围这些人笑话，何况打完架咱俩都得受处分。”仅此短短一席话，引起了双方感情共鸣，紧张气氛骤然消失，不少同学也过来劝解，眼见一场干戈即刻烟消云散。

（2）防报复性斗殴的方法——攻心术和暗示效应。报复性斗殴往往产生于某种奇特的变态心理。在生活中，人们的思想动机必然要从言语、行为等方面显露出来。所以，我们要注意关心同学的思想变化，发现问题及时而又有针对性地进行规劝。同说服术一样，所不同的是攻心术以关切为先导，不直接指出对方的错误，因为那样容易引起对方的反感，或置对方于十分难看的境地。大学生一般来说自尊心都是很强的，所以，应委婉相劝，攻心为上，用一种相似的人或事来善意暗示对方。正如周恩来所说的：“与人说理，须使人心中点头。”让对方自己觉悟，从而领悟到同学之间的情谊。

（3）防演变性斗殴。演变性斗殴一般有较长周期的滋生过程。大学生长期生活在一起，不可避免地在思想上和生活上会发生一些摩擦与冲突。而有些伤人感情的话语容易生成积怨，引发斗殴，甚至毙命。

（4）防群体性斗殴。大学生完全能够从纷繁复杂的生活现象中分辨是非，判断正误。但是为帮同学、老乡或朋友而进行群体性斗殴的现象却时有发生。教育学家认为，一句话能改变别人的行动。大家也许记得姜昆、唐杰忠合说的那段关于礼貌的相声吧。在公共汽车上，一个教师不慎踩了别人的脚，对方斥责道：“看你那德性”，这个教师诙谐地说：“惯性”，众人哗然。可以看出知识分子处理纠纷有一定的独特性，生活中口出谦词和口出狂言将会是两样结果。

4. 打架斗殴的应对

（1）同学之间发生纠纷后，首先要克制情绪，避免矛盾激化；其次要相信组织，就近寻求支援；再次要及时向学校保卫处或公安部门报案；最后应及时向本院系说明情

况，由院系出面协调。

（2）发现异常情况，及时采取措施。打架斗殴事件发生前往往有一定先兆的。作案人在打架斗殴前，其精神上、行为上常出现一些反常情况。大学生发现后要及时向辅导员、学校领导或保卫部门报告，及时采取预防措施，尽量避免事件发生。

（3）及时制止恶性事件苗头的发展。有些凶杀事件是由普通的打架斗殴事件发展演变而成的，对同学之间因矛盾和纠纷发生的打架斗殴，应及时劝阻和制止，并及时向辅导员、学校领导或保卫部门报告，尽量避免事件发展。

（4）面对打架斗殴，我们首先需要考虑的是冷静、化解、避险；其次才考虑还击，防卫等。一是尽力化解矛盾，避免矛盾恶化升级。二是当危机已不可避免时，力争避险脱险。三是在确有能力制服对方时考虑防卫还击。四是寻求来自教师、同学及相关部门的帮助。五是尽力保留相关证据，寻求公安机关帮助。

（5）如果你遇上别人打架斗殴，请别火上浇油，防止扩大事态，并希望你做到：一是不围观，不起哄，不介入。二是如果你想劝解，应当先问明情况，站在公正的立场上做双方的工作。若劝解无效，应迅速向学校有关领导或保卫部门报告，以防事态扩大。三是打架的一方如果是你的同学或熟人，在劝解时要主持公道，不可偏袒。四是当学校有关部门调查打架真相时，现场目击人要勇于向有关部门提供线索和证据，以保护受害人的合法权益，使肇事人受到惩处。见义勇为是每一个公民应有的道德。

◆ **温馨提示**

人人可行的防卫实用招式

根据我国刑法的规定，实施正当防卫必须同时符合以下四个条件：只有在国家公共利益、本人或他人的合法权利受到不法侵害时；必须是在不法侵害正在进行的时候；必须是对不法侵害者本人实施防卫，而不能对无关的第三者实施；正当防卫不能超过必要的限度，造成不应有的损害。当你准备进行防卫时，如果符合上述四个条件，那么，你就不必担心自己是否会负刑事责任了，而应积极勇敢地进行防卫。

这里介绍一些简单的、人人可行的防卫实用招式，以供大家参考借鉴。

（1）击腹法。遇到脖子被歹徒勒住，速用拳头或肘猛击歹徒的腹部，可使其松手。

（2）蹬踩法。用鞋跟部猛蹬歹徒的胫骨前部或用力踩歹徒的脚部。

（3）扭指法。遇到歹徒将自己勒住或抱住时，速将其小指捏住，用力向外侧扳，使之剧痛或折断其手指。

（4）戳喉法。五指合拢并伸直，以指尖或掌侧猛戳歹徒的喉头。

（5）击膝法。靠近歹徒时，提膝向其胯下或裆部、小腹部猛撞。

（6）戳眼法。用两指叉开成 V 形，使劲插戳歹徒的眼睛。

（7）口咬法。尤其是女性被歹徒抓住后，在不得已时，可用口咬歹徒的舌头、鼻子、口唇、耳朵或手指等。

（8）头撞法。与歹徒靠近时，可用头部撞击歹徒的胸、腹和头等要害部。

要注意：这些方法只能用来对付歹徒，用于正当防卫，千万不可在同学间滥用，以免造成令人痛心的后果。

● **安全思考**

（1）引起大学生打架斗殴的主要原因有哪些?

（2）怎样预防同学之间的纠纷，避免引起打架斗殴?

（3）怎样应对同学之间的打架斗殴?

5.7　滋扰与性侵害预防及应对

滋扰是一个涉及学校、家庭、社会等诸多方面复杂因素交错的社会问题，大学生必须提高警惕，尽力预防和制止外部滋扰，以保证学校教学、科研和生活正常有序地进行。性侵害主要是指在性方面造成的对受害人的伤害。性骚扰和性侵害是危害大学生身心健康的主要问题之一。由于两性的社会地位和角色不同，相对而言，性骚扰和性侵害的对象常以女性为多。因此，女大学生了解一些性侵害和性骚扰的基本情况、掌握一些基本对付方法，是很有必要的。

● **身边案例**

◆ 2014 年 10 月 10 日晚，有网友发布三张照片，指四川 ×× 学院副教授王某某在吃饭时对两名年轻女性实施性骚扰。照片中三人围坐在饭桌前，中间是一位头发花白的男子，旁边各坐一位学生模样的年轻女性。照片中的男子亲了右边女性的脸，也亲了左边女性的手。上传照片的网友说，王某某多次对两名女性进行身体接触，女性有反抗，但王某某“一直没有停止”。

◆ 2014 年 7 月 10 日，一个账号名为“青春大篷车”的博客，发布了帖子《对汀洋的声援——控诉厦门大学淫兽教师吴春明长期猥亵诱奸女学生》。这一次，文中提到：“吴春明利用女学生对老师的尊重和敬仰，行不义之举。……多名女学生事后只敢怒不敢言，更有不止一人因为遭受吴春明的摧残，身心受到严重伤害，精神恍惚，有的甚至割腕自杀。”并称其是“衣冠禽兽行淫作恶”。厦门大学给予吴春明开除党籍、撤销教师资格处分。

◆黄某是鄂州职业大学大三学生。学校近日放假，宿舍关闭。她和男友李某便在校内租了一处房子住。2015 年 7 月 29 日凌晨，她因生活琐事和李某发生争吵。一气之下，黄某拿着苹果手机和手包从出租屋离开，打算到校外网吧上网。“刚走到出租屋下的草坪，一个中年男子就朝我跑来。”黄某说，她快速调头往出租屋方向奔跑，同时大呼救命。因过于紧张，她没跑几步就被草坪上的长凳绊倒。中年男子快速追上她，威胁称，如果她反抗，就会掐

死她。随后，中年男子开始对黄某实施强奸。案发 8 小时后，鄂州市警方将 45 岁的男子肖某抓获。

1. 校园内滋扰事件的特点

（1）作案人员以青少年居多，以结伙作案较为常见。滋事者在事先往往没有深思熟虑的策划，没有确定的作案目标和明确的行为方向，常常是遇事起意，想干就干。因此，这类案件绝大多数是由活动能量超过法制、道德观念水平的青少年促成，而且常常是多人纠合、结伙作案。这是由青少年的生理、心理发展特点所决定的。青少年的体力、智力发育不够成熟，独立性差，依附性很强，有结伙欲望，特别是在进行滋扰活动时多有相互打气壮胆、掩护作案的特征。

（2）滋扰作案的动因是为了追求刺激、寻欢作乐，并不一定以损害特定个人为目的，也不以取得某种物质利益为满足。这是滋扰事件区别于其他案件的显著特点之一。由于此种案件的作案人多数是青少年，而且作案事实是在变态心理和江湖义气或封建主义的英雄观等错误乃至反动思想情绪支配下造成的，其表现往往狂妄自大、称王称霸、想打就打、想骂就骂、想侮辱就侮辱，无论在什么场合，想砸就砸、想闹就闹而无所顾忌，其行为实质是对校园和社会公共秩序的一种藐视，其行为锋芒所向是整个社会，而并非特定的人和物。

（3）滋扰事件多发生在人员聚集的公共复杂场所，一般情况均以公开方式实施。对于这一特点，应从两方面进行理解：一方面，从进行滋扰活动的个体或群体来说，希望在人员聚集、成分复杂、活动频繁、高度陌生性的场所实施作案；另一方面，公共复杂场所也适宜滋扰活动实施。所以，便形成了滋扰事件的作案分子对复杂场所的选择性和依赖性的特点。同时，由于作案分子均是公开作案，反映了滋扰事件的嚣张性。

（4）滋扰事件社会影响较大。在滋扰事件发生后，若不及时查处或查处不力，常常会造成该校治安形势严峻，使师生员工尤其是大学生担惊受怕、提心吊胆、没有安全感，从而影响学习的积极性，破坏安定的生活环境，并直接影响到学校培养人才这一根本任务的完成。

2. 性骚扰、性侵害的主要形式

（1）暴力型性侵害是指犯罪分子使用暴力和野蛮的手段，如携带凶器威胁、劫持女学生，或以暴力威胁加之言语恐吓，从而对女学生实施强奸、轮奸或调戏、猥亵等。

（2）胁迫型性侵害是指利用自己的权势、地位、职务之便，对有求于自己的受害人加以利诱或威胁，从而强迫受害人与其发生非暴力型的性行为。

（3）社交型性侵害是指在自己的生活圈子里发生的性侵害，与受害人约会的大多是熟人、同学、同乡，甚至是男朋友。社交型性侵害又称作“熟人强奸”“社交性强奸”“沉默强奸”“酒后强奸”等。受害人身心受到伤害以后，往往出于各种考虑而不敢揭发。

（4）诱惑型性侵害是指利用受害人追求享乐、贪图钱财的心理，诱惑受害人而使

其受到的性侵害。

（5）滋扰型性侵害的主要形式：一是利用靠近女生的机会，有意识地接触女生的胸部，摸捏其躯体和大腿等处，在公共汽车、商店等公共场所有意识地挤碰女生等；二是暴露生殖器等变态式性滋扰；三是向女生寻衅滋事、无理纠缠，用污言秽语进行挑逗，或者做出下流举动对女生进行调戏、侮辱，甚至可能发展成为集体轮奸。

◆ **温馨提示**

容易遭受性骚扰、性侵害的时间和场所

（1）夏天，是女大学生容易遭受性侵害的季节。夏天天气炎热，夜生活时间延长，外出机会增多。夏季校园内绿树成荫，罪犯作案后容易藏身或逃脱。同时，由于夏季气温比较高，女生衣着单薄、裸露部分较多，因而对异性的刺激增多。

（2）夜晚，是女大学生容易遭受性侵害的时间。这是因为，夜间光线暗，犯罪分子作案时不容易被人发现。所以，在夜间女大学生应尽量减少外出。

（3）公共场所和僻静处所，是女生容易遭受性侵害的地方。这是因为，公共场所如教室、礼堂、舞池、溜冰场、游泳池、车站、码头、影院等场所人多拥挤时，不法分子常乘机袭击女生；僻静之处如公园假山、树林深处、夹道小巷、楼顶晒台、没有路灯的街道楼边、尚未交付使用的新建筑物内、下班后的电梯内、无人居住的小屋、陋室、茅棚等，若女生单独逗留，很容易遭到违法袭击。所以，女生最好不要单独行走或逗留在上述这些地方。

3. 性骚扰与性侵害的防范

（1）大学生除积极防范和制止发生在校园内的滋扰事件外，更应加强自身修养，不断提高自己的综合素质，严格要求自己，绝不能染上违法恶习而使自己站到滋事者的行列中。

（2）筑起思想防线，提高识别能力。女大学生特别应当消除贪图小便宜的心理——对一般异性的馈赠和邀请应婉言拒绝，以免因小失大。谨慎待人处世——对于不相识的异性，不要随便说出自己的真实情况，对自己特别热情的异性，不管是否相识都要倍加注意。一旦发现某异性对自己不怀好意，甚至动手动脚或有越轨行为，一定要严厉拒绝、大胆反抗，并及时向学校有关部门报告，以便及时加以制止。

（3）行为端正，态度明朗。如果自己行为端正，坏人便无机可乘。如果自己态度明朗，对方则会打消念头、不再有任何企图。若自己态度暧昧、模棱两可，对方就会增加幻想、继续纠缠。在拒绝对方的要求时，要讲明道理、耐心说服，一般不宜嘲笑挖苦。

中止恋爱关系后，若对方仍然是同学、同事，不能结怨或成为仇人，在节制不必要往来的同时仍可保持一般正常往来关系。参加社交活动与男性单独交往时，要理智地、

有节制地把握好自己，尤其应注意不能过量饮酒。

（4）学会用法律保护自己。对于那些失去理智、纠缠不清的无赖或违法犯罪分子，女大学生千万不要惧怕他们的要挟和讹诈，也不要怕他们打击报复。要大胆揭发其阴谋或罪行，及时向领导和教师报告，学会依靠组织和运用法律武器保护自己。千万注意不能“私了”，“私了”的结果常会使犯罪分子得寸进尺、没完没了。

（5）学点防身术，提高自我防范的有效性。一般女性的体力均弱于男性，防身时要把握时机、出奇制胜，狠、准、快地出击其要害部位，即使不能制服对方，也可制造逃离险境的机会。

4. 性骚扰与性侵害的防范处置

（1）大学生在遇到违法滋事时，应注意把握以下几点。

一是提高警惕，做好准备，正确看待，慎重处置。面对违法青少年挑起的违法滋扰，千万不要惊慌而要正确对待。要问清缘由、弄清是非，既不畏惧退缩、避而远之，也不随便动手、一味蛮干，而应晓之以理、以礼待人、妥善处置。

二是充分依靠组织和集体的力量，积极干预和制止违法犯罪行为。如发现违法滋扰事件，要及时向教师或学校有关部门报告，一旦出现公开侮辱、殴打自己的同学等类恶性事件，要敢于见义勇为、挺身而出，积极地加以揭露和制止。要注意团结和发动周围的群众，以对滋事者形成压力，迫使其终止违法犯罪行为。那些成群结伙、凶狠残忍的滋事者，总想趁乱一哄而上、为非作歹，只有依靠组织，依靠群众，依靠集体的力量才能有效地制止其违法行为。在群起而攻之的局面下，几个滋事者是不足为惧的，是完全能够被制服的。

三是注意策略，讲究效果，避免纠缠，防止事态扩大。在许多场合，滋事者显得愚昧而盲目、固执而无赖，有时仅有挑逗性的语言和动作，叫人可气、可恼而又抓不到有效证据。遇到这种情况，一定要冷静，注意讲究策略和方法，一方面要及时报告并协助有关部门进行处理；另一方面应采取正面对其劝告的方法，注意避免纠缠，目的就是避免事态扩大和免得把自己与无赖之徒置于等同地位。

四是自觉运用法律武器保护他人和保护自己。面对违法滋扰事件，既要坚持以说理为主、不要轻易动手，同时又要注意留心观察、掌握证据。比如，有哪些人在场，谁先动手、持何凶器，滋事者有哪些重要特征，案件大致的经过是怎样的，现场状况如何，滋事者使用何种器械、有何证件，毁坏的衣物和设施是什么，地面留有什么痕迹，等等。这些证据，对查处违法滋事者是很有帮助的。

五是要敢于出面制止或将违法分子扭送有关部门，或及时向学校保卫部门报案，或打 110 电话报警，以便及时抓获犯罪嫌疑人、予以惩办。

（2）当遇到性侵犯时，不要惊慌失措，要冷静应对。

一是遇到不怀好意的男性挑逗，要及时斥责，表现出自己应有的自信与刚强；如果碰上坏人，首先要高声呼救，假使四周无人，切莫慌张，要保持冷静，利用随身携带的物品，或就地取材进行自卫反抗，还可采取周旋、拖延时间的办法等待救援。

二是当遇到异性纠缠时，应该态度明朗，明确拒绝；遵守恋爱道德，讲究文明礼貌；要正常相处，但要节制往来；遇到困难，要依靠组织。发现对方可能采取报复行为，要及时向教师和领导汇报，依靠组织妥善处理，防止发生意外事件。

三是学习防身术避免性侵害。女同学面对性侵犯，如果动手反抗往往根本不是对手，这也是女性更多遭遇性侵犯的原因，犯罪分子总认为女性好欺负，容易忍气吞声，不敢声张。其实女性可以学习一些简单的防身术。

四是采取无过当防卫。当面对性侵犯时，如果有能力进行防卫，可以不考虑防卫的后果，即可以采取无过当防卫行为。

◆ **温馨提示**

正当防卫的构成要件

正当防卫是指为使公共利益、本人或他人的人身和其他权利免遭正在进行的不法侵害而进行反击，致使侵害人受到某种损害的行为。正当防卫的构成需要具备两方面的要件，即侵害方面的要件和防卫方面的要件。

侵害方面的要件：①必须存在不法侵害的行为。②侵害行为必须是正在进行的。对于预备的或想象的侵害行为，不能借口正当防卫，先发制人，而只能采取预防措施；对于已经实施的侵害行为，如果没有实施到底而中止或者已经实施完了，也不能适用正当防卫的规定。但侵害行为虽已完成，却在仍能排除其危害的情况下，则应认为侵害行为仍在继续中。

防卫方面的要件：①防卫必须针对侵害人本人，而不能针对第三人。如果实施了损害第三人利益的方法，不能适用正当防卫的规定。②防卫不能过当。即正当防卫不能超过必要的限度，造成不应有的损害。必要限度不是指防卫者和侵害者的损害是否基本均衡，而是指是否超过了有效地制止不法侵害的限度。如果防卫行为不是当时制止不法侵害行为所必需，因而对侵害人造成不应有的损害，就是防卫过当。我国刑法规定，正当防卫行为不负刑事责任。防卫过当应负刑事责任，但应酌情减轻或免除处罚。为了使国家、公共利益、本人或者他人的人身、财产和其他权利免受正在进行的不法侵害，而采取的制止不法侵害的行为，对不法侵害人造成损害的，属于正当防卫，不负刑事责任。正当防卫明显超过必要限度造成重大损害的，应当负刑事责任，但是应当减轻或者免除处罚。对正在进行行凶、杀人、抢劫、强奸、绑架以及其他严重危及人身安全的暴力犯罪，采取防卫行为，造成不法侵害人伤亡的，不属于防卫过当，不负刑事责任。

五是宁为瓦全，不为玉碎。在生命和贞操、生命和尊严之间到底哪个更重要？生命高于一切。

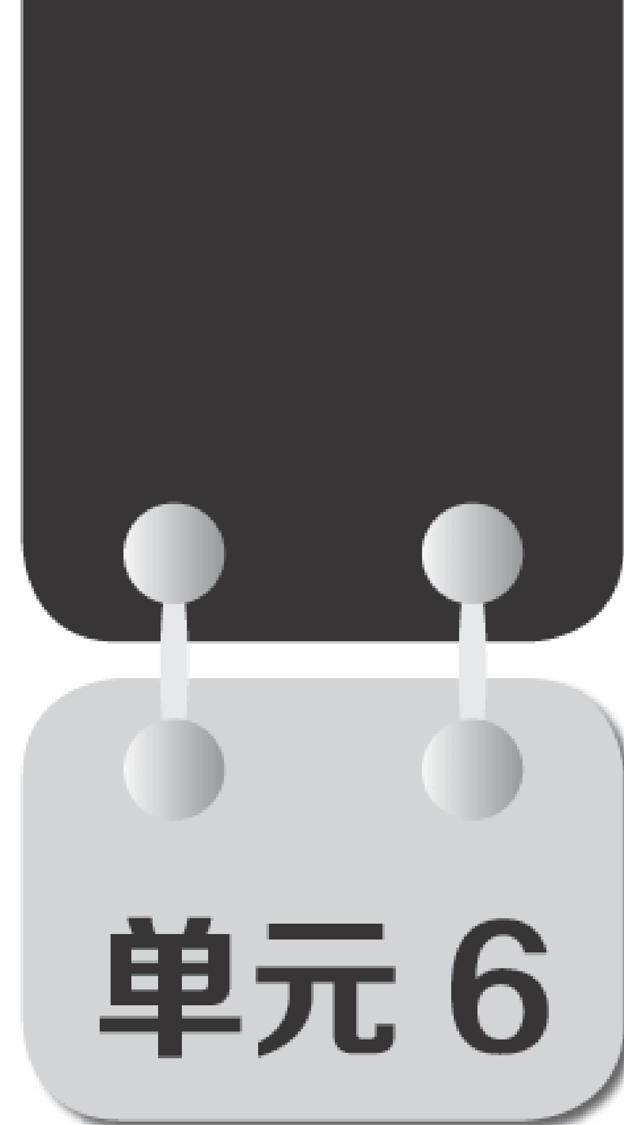
六是及时报警、求医。面对性侵犯类危机事件，要克服忍辱负重的心态，积极寻求公安机关的法律援助，协助警方在现场提取新鲜证物，力争早日破案，使犯罪人受

到法律应有的惩罚。要注意到性侵犯类危机事件的特殊性，应到医院及时就诊，在医生的帮助下采取措施，避免不良后果的发生。

七是保留物证。性侵犯类危机事件具有特殊性，所以在物证保全方面也有一些特殊性。正确的做法是保留相关的衣物，寻求相关专业部门援助，在保留物证的前提下寻求清洁救治。

● 安全思考

（1）校园内滋扰事件的特点有哪些？
（2）性骚扰、性侵害的主要形式有哪些？
（3）大学生怎样防范性骚扰、性侵害？
（4）大学生怎样处置性骚扰、性侵害？
（5）正当防卫的构成要件有哪些？



交通出行安全

每天，当大学生走出宿舍去上课、运动、购物、旅行，就已经与“交通”二字发生了关系。无论你是步行、骑自行车，还是乘坐公共汽车、私家车，或者是坐火车、飞机，你都是一名交通参与者。交通已经成为大学生学习、生活中不可或缺的一个组成部分，因而，交通安全也就成为大学生需要倍加关注的问题。



6.1 行人交通安全

只要你留意，每天看报、看电视或上网就可发现，生活出行，飞来的横祸比比皆是。行人被汽车撞到；掉入窨井；不小心撞上电线杆、消防栓、广告牌，踩到坑里扭伤了脚……虽说是意外，只要你多留心，还是可以避免的。

● 身边案例

◆ 2010 年 5 月，某高校两名男同学在操场踢完足球后，在回宿舍的路上意犹未尽，在路上相互边跑边传球，此时他们身后正好驶来一辆两轮摩托车，驾驶员躲闪不及撞上了其中的一名学生，那名学生被撞成右小腿骨折。

◆ 2009 年，某高校学生张某，头天晚上在网吧里上网到第二天凌晨 4 时多才回宿舍休息。一觉醒来已快到上课时间了,他起床后顾不得梳洗匆匆下楼，骑上自行车飞快朝教室奔去。当他骑到一个下坡向右转弯的路段时，本来车速已很快但他还觉得慢，又猛踩了几下，就在这时迎面来了一辆小轿车，因车速太快避让不及，连人带车掉进了路旁的水沟里，致使右胳膊骨折。

◆ 2005 年 5 月 4 日 14 时 10 分，在北京市海淀区颐和园路北大西门路口，北京运德客运公司张某驾驶中新型客车由南向北行驶，适遇张某（男，海淀区某大学学生）骑自行车带女友叶某（海淀区某大学学生）由西向东骑行，在路口中心偏北处双方接触，导致张某受伤，叶某受轻微伤。

1. 行人交通安全须知

（1）城市道路行走，须走人行道；在无人行道与机动车辆车道划分的街道或乡镇混合道上行走，应靠右边行走，主动避让各种车辆；群体行进时要列队，横排不超过两人。

◆ 温馨提示

城市道路行路规则

人行道就是道路中规定专供行人行走的路线，俗称“马路边”。人行横道就是在马路中间画的白色条纹实线，专供行人横跨马路优先通过的路线，俗称“斑马线”。

行人行路时要遵循以下原则：一是安全原则，即应当在确保安全、畅通的原则下通行。二是靠右通行原则。三是人车分道、各行其道原则。四是服从指挥原则，即行人要服从交通信号灯、交通标志及交警的指挥。

交警手势信号主要有：一是直行信号——右臂（左臂）向右（左）平伸，手掌向前，准许左右两方向直行的车辆和人员通行；各方向右转弯的车辆在不妨碍被放行的车辆通行情况下可以通行。二是左转弯信号——右臂向前平伸，

手掌向前，准许左方的车辆左转弯和直行的车辆通行；左臂同时向右前方摆动时，准许车辆左小转弯；各方向右转弯的车辆和T形路口右边无横道的直行车辆在不妨碍被放行的车辆通行的情况下可以通行。三是停止信号——左臂向上直伸，手掌向前，不准前方车辆通行；右臂同时向左前方摆动，车辆须靠边停车。

当我们遇到灯光信号、交通标志、交通标线与交警的指挥不一致时，要服从交警的指挥。

（2）行路时要注意各种信号灯的指示，尤其是路口红绿灯、人行横道信号灯和车辆转向灯的变化。要服从交通指挥和管理，不要只顾行路。横过车行道时，有交通信号灯时自觉按交通信号灯的指示行进或走过街天桥或地下通道；穿越没有交通信号灯的人行横道，要注意观察过往车辆，特别是右转和左转车辆，不要猛冲或在车流中穿行，在确认安全后快速通过。不准横过画有中心实线的行车道。在夜间交通信号灯停止使用后，黄灯闪烁，走人行横道一定要左右环顾，注意判断车速，在确认安全的前提下快速通过。

（3）在有隔离栏的路段过马路，要走过街天桥或地下通道，或从有人行横道标志的地方通过，不要穿越、攀登或跨越道路和铁路的隔离设施，也不要从铁路桥梁、隧洞和没有道口或其他平面交叉设施的铁路轨道上通过。不要在车行道、桥梁、隧道或交通安全设施等处逗留；不要在路上玩耍、抛物、泼水、散发印刷广告或进行妨碍交通的活动。不要在路上做出扒车、追车、强行拦车或实施妨碍道路交通安全的其他行为。

（4）走路时要专心，注意观察路面状况，车流量、流向和是否有障碍物。不要路途中看书、看报、聊天、嬉戏、打闹；不要在路上踢球、溜旱冰、滑板和做其他运动。

（5）穿越居民区、胡同和从施工的建筑物旁通过，注意观察住户窗户上是否摆放有物品和是否有人在活动，建筑物施工场地是否设有安全标志线和安全设施，尽量不要从工地上直接穿过。

（6）雨雪天出行，要注意观察路面和周围环境。特别是路边有高大树木或有供电线路、电缆从空中穿过的区域，路边有变压器、郊区有高压线路的地方，注意是否有潜在的危险。

（7）夜间外出尽量选择有路灯的道路行走。在没有路灯的情况下最好带照明用具，注意观察路边无盖窨井、停放的车辆是否启动，是否有非机动车往来。特别是混合道上通过，不要匆忙，注意行驶车辆。

（8）通过火车道口时应听从管理人员的指挥，如在无人管理的路口穿过一定要注意观察，在没有火车经过的时候，快速通过，不要在轨道上或在附近逗留、玩耍。

（9）不要在机动车行驶的高架桥上行走，不要横穿高速公路。

◆ **温馨提示**

大学生交通安全隐患

（1）注意力不集中。表现为学生走路时边走路、边看书、看手机、听音乐，

或者左顾右盼、心不在焉。

（2）在路上进行球类活动。大学生精力旺盛、活泼好动，即使在路上行走也是蹦蹦跳跳、嬉戏打闹，甚至有时还在路上进行球类活动，这更增加了发生事故的危险性。

（3）骑“飞车”。一般校园面积都比较大，宿舍、教室、图书馆、食堂等之间的距离比较远，许多大学生骑车速度过快。

2. 骑车安全须知

（1）骑自行车前，检查刹车、轮胎、车铃、车锁等，保证万无一失。

（2）骑车应在非机动车道上行驶，严禁在机动车道上骑车，也不能在人行道、机动车道上学骑自行车。在没有设非机动车道的道路上，应靠道路右侧行驶，即从道路右边边缘线算起 1.5 米内行驶。大中城市市区中心道路不准骑车带人；带学龄前儿童的自行车应安装牢固的座椅。

（3）骑车不准抄近逆行，不准闯入快车道；通过交叉路口或在机动车与非机动车交叉行驶路段时，要遵守交通信号灯行驶规则，红、黄灯亮时一定要刹车，并停在停车线以内，不能闯红灯争道抢行。骑车通过铁道口时，应遵守道口信号灯的规定，通过无人看守的道口应停车瞭望，确认安全后再通过。

（4）骑车时不要双手离把或手中持物；不准骑“英雄车”；不准曲线行驶，脚不能脱离脚蹬子；骑车时不要接打电话，不要边看手机边骑车；不准逆向骑车；骑车时不准两人以上并行，不准互相追逐打闹；不要扶身并行，不要牵引、攀扶车辆或者被其他车辆牵引；骑车转弯时，不准抢先猛拐，最好先让直行的车辆、行人优先通过；转弯前应伸手示意，减速慢行，看清左右及后方以后再通过。

（5）骑车超越前车时不得妨碍被超越的车辆行驶；横穿四条以上机动车道时，要推车行走，严禁在机动车临近时横穿马路；骑车时遇到前方路边有停着的汽车，要提高警惕减速慢行；非机动车道被占用无法通行，可借用相邻的机动车道通行，并在驶过后迅速驶回非机动车道。

（6）不醉酒骑车；情绪不稳定时不要骑车，如兴奋异常、心情不好、注意力过分集中或特别分散等；雾天、雨天骑车时，应穿颜色鲜艳的服装或雨衣；雾天、下雪后，特别是地面结冰后最好不要骑车；晚上骑车应慢行，没有照明不能骑车；女性青少年骑的车，应将车座前端调到略低于后端，并用海绵等软物垫起，以行车舒适为度。

3. 行路骑车发生事故后紧急处置

（1）若在路途中意识到即将发生交通事故时，应立即做出反应，往路边的方向避让，不要往路中心让，避免发生正面碰撞和防止被其他车辆再次碰撞。

（2）若行人与机动车辆发生事故时，应立即拨打 122 报警，并记下肇事车辆的车牌号等候交通警察来处理；车祸发生后注意检查受伤部位，并采取初步的救护措施，如

止血、包扎或固定；不要立即起来，以免因骨折错位，压迫呼吸而加重伤势和发生危险；如果伤势严重，尽快拨打 120 求助。

（3）遇到肇事逃逸者，记下肇事车辆的车牌号；看不清车牌号时，注意车型、颜色、新旧程度，请求旁人帮助并及时报警。

（4）与非机动车发生事故时，双方克制协商，及时检查伤情，不能协商解决的情况下，立即报警。如伤者伤势较重，应求助他人迅速将伤者送往附近医院检查救治或拨打 120 求助。

（5）发生事故后，在无人救助的情况下，要尽可能自行转移到安全地带，以免受到二次伤害。在等待救助的时间内，尽可能采取自救措施。

（6）居住区发生高空坠物伤害事故时，注意观察是否有物体继续下落，迅速移至安全地带，检查伤者受伤情况，采取初步的救护措施，并报警求救，保护好现场，以便相关部门调查取证和有效解决事故。

（7）当发生坠入窨井的事故时，应观察井下情况，是否有积水和有异味，并与落井者保持联系。如落井者无严重受伤，意识状况正常，可求助他人，就地取材开展营救。如果情况不正常，不能擅自下井营救，以免发生中毒。应立即报警求助，请专业人员开展救援工作。

◆ 温馨提示

《中华人民共和国道路交通安全法》行人与非机动车规定（节选）

第五十七条 驾驶非机动车在道路上行驶应当遵守有关交通安全的规定。非机动车应当在非机动车道内行驶；在没有非机动车道的道路上，应当靠车行道的右侧行驶。

第五十八条 残疾人机动轮椅车、电动自行车在非机动车道内行驶时，最高时速不得超过十五千米。

第五十九条 非机动车应当在规定地点停放。未设停放地点的，非机动车停放不得妨碍其他车辆和行人通行。

第六十一条 行人应当在人行道内行走，没有人行道的靠路边行走。

第六十二条 行人通过路口或者横过道路，应当走人行横道或者过街设施；通过有交通信号灯的人行横道，应当按照交通信号灯指示通行；通过没有交通信号灯、人行横道的路口，或者在没有过街设施的路段横过道路，应当在确认安全后通过。

第六十三条 行人不得跨越、倚坐道路隔离设施，不得扒车、强行拦车或者实施妨碍道路交通安全的其他行为。

第六十四条 学龄前儿童以及不能辨认或者不能控制自己行为的精神疾病患者、智力障碍者在道路上通行，应当由其监护人、监护人委托的人或者对其负有管理、保护职责的人带领。盲人在道路上通行，应当使用盲杖或者采取其他导盲手段，车辆应当避让盲人。

第六十五条 行人通过铁路道口时，应当按照交通信号灯或者管理人员的指挥通行；没有交通信号灯和管理人员的，应当在确认无火车驶临后，迅速通过。

第六十七条 行人、非机动车不得进入高速公路。

● **安全思考**

（1）大学生走路时如何做到安全出行？

（2）大学生骑行非机动车怎样做到安全出行？

（3）道路出行时遇到交通事故怎样进行及时处置？

6.2 乘坐交通工具安全

学生“五一”“十一”假期，寒暑假回家、返校、外出旅游往往是人流外出高峰时期。安全自然成为头等大事，但是日常生活中乘坐交通工具安全也不容忽视，安全意识的养成应从身边一点一滴的小事做起。

● **身边案例**

◆ 2017 年 8 月 10 日，一辆车牌号为豫 C88858 客车（红色宇通客车，2011 年 12 月 19 日出厂，检验有效期至 2018 年 1 月 31 日，机动车所有人为洛阳市交通运输集团有限公司，核载 51 人，实载 49 人）自成都市驶往洛阳市，途经秦岭一号隧道时撞向隧道口发生交通事故。事故造成 36 人死亡，13 人受伤。

◆ 2014 年 3 月 8 日 2 时 40 分，马来西亚航空公司称有一架载有 239 名的波音 777-200 型飞机与管制中心失去联系，该航班号为 MH370，原定由吉隆坡飞往北京，应于北京时间 2014 年 3 月 8 日 6 时 30 分抵达北京。2014 年 3 月 24 日 22 时，马来西亚总理纳吉布在吉隆坡宣布，马航失联飞机在南印度洋坠毁，机上无一人生还。2015 年 1 月 29 日，马来西亚民航局宣布，MH370 航班失事，并推定机上所有 239 名乘客和机组人员已遇难。2015 年 1 月 30 日，马来西亚交通部部长廖中莱表示，马来西亚政府将监督并确保马航向 MH370 客机乘客和机组人员的家属做出赔偿。2015 年 2 月 4 日晚，保监会向各保监局、中国保险行业协会以及各保险公司发出通知，要求做好 MH370 航班乘客保险理赔服务工作有关事项。2015 年 7 月 29 日，在位于印度洋上的法属留尼汪岛发现的飞机残骸，确属于失联的马航 MH370 客机，在失踪了 500 多个昼夜之后，MH370 航班的残骸首次被发现。2016 年 3 月 6 日，在非洲东面的法属留尼汪岛再次发现疑似残骸。澳大利亚交通安全局 2016 年 11 月 2 日发布有关 MH370 搜寻的最新报告，称在飞机坠入海中时，处于无人控制的状态。2017 年 1 月 17 日，澳大利亚、马来西亚、中国三国政府表示，对失

踪的 MH370 客机的深海搜寻工作已暂停。

◆ 2011 年 10 月 7 日 15 时 30 分许，在滨保高速上行 60 千米 + 700 米处，一辆河北省的大客车与一辆山东省的小轿车发生交通事故，大客车侧翻。造成 35 人死亡，18 人受伤。据伤者介绍，死者多为河北联合大学学生。

◆ 2011 年 7 月 23 日 20 时 30 分 05 秒，甬温线浙江省温州市境内，由北京南站开往福州站的 D301 次列车与杭州站开往福州南站的 D3115 次列车发生动车组列车追尾事故。此次事故已确认共有六节车厢脱轨，即 D301 次列车第 1~4 车厢，D3115 次列车第 15、16 车厢。造成 40 人死亡、172 人受伤，中断行车 32 小时 35 分，直接经济损失 19371.65 万元。“7 · 23”甬温线特别重大铁路交通事故是一起因列控中心设备存在严重设计缺陷、上道使用审查把关不严、雷击导致设备故障后应急处置不力等因素造成的责任事故。

1. 乘坐私家车安全预防

现在私家车越来越多地进入家庭，家长经常开车接送大学生上学、放学，因此注意乘坐小汽车安全是大学生必须了解的。

（1）乘坐小汽车时，尽量不坐到副驾驶座位置，这个位置的死亡率远远高于驾驶座和后排座。最好坐在后排，相对而言后排的安全系数较高。

（2）乘坐小汽车时要系好安全带。

（3）在车子未停稳时不要打开车门，不要下车。打开车门前，要先向后看，是否有车辆或行人通过，以免发生碰撞。

（4）不要催驾驶员开快车，不要与驾驶员闲谈或用任何方式妨碍驾驶员驾驶，因为这样会分散驾驶员的注意力而造成危险。

（5）发现驾驶员无驾驶证或饮酒后驾车，也不要乘坐该车。

2. 乘坐公共交通安全预防

在繁华的城市里挤公交车、放假回家坐客车，对于大学生来说，可谓是家常便饭。不过，乘坐公交车、客车时一定要注意安全，不然就容易发生交通事故或其他意外事件。

（1）上车前，必须在站台里或候车室候车。待车停稳，再按顺序上车。如果是单门汽车，应让下车的乘客下完后再上车。

（2）在车辆行驶途中，不准将头、手等身体任何部位伸出车外。

（3）乘坐公交车或客车时，无论你是站着还是坐着，汽车行驶过程中，都要握紧扶手或椅背，以免汽车紧急刹车时碰伤或摔伤。

（4）下车时，要等车辆停稳后按顺序下车。不要拥挤或抢先跳车，以免摔伤。下车后，不要从车子前面突然走过。

（5）千万不要将易燃易爆危险物品带上公交车或客车。

（6）千万不要坐超载的客车。大学生外出春游等集体活动较多，乘坐交通工具时切记不能超员，以免造成事故。

3. 乘坐出租车安全预防

一旦坐上了出租车，你就和司机构成了一个安全的整体。一个好的乘客应该自觉配合司机共同做好安全行车工作。

（1）要在站台或指定地点候车，等车时要靠边；不要在路口、机动车道上、交通拥挤处招手。

（2）看见有空车来时要提前招手，不要招反方向的车。

（3）车来后待车停稳后，排队上下车，不可在站台下和越过安全线候车，上车后抓牢扶手或椅背，避免因汽车启动或刹车时的惯性或意外情况发生时带来的伤害。

（4）要提前告诉司机下车的地点，在车上不要和司机谈话。

（5）不要乘坐无经营许可证，在路边拉客的“黑车”；如乘坐前排副驾驶位要系好安全带，上车后关好门，下车时按计价器所显示的金额付费，注意索要发票，以备物品遗忘时方便寻找。

（6）下车开门时要注意来往的车辆和行人，不要随意让司机停车。下车后不可从车前穿过，等车开走后，看清左右的情况后再穿越马路。

4. 乘车发生事故应急处置

（1）在行车途中意识到车祸即将发生时，双臂夹胸手抱头部并躺下，或抓紧车内拉手或座位铁脚，并双脚用力蹬，以免车祸发生时人翻滚或摔出车外。除非车辆即将冲出悬崖，否则不要从急驶的车辆中跳出，车辆停止移动后，保持镇定，查明身边情况从门窗爬出。

（2）如果汽车落入水中，它不会立即沉没，但水的压力会使车门很难打开，此时不要惊慌，看好逃生路径，深呼吸憋足气猛力推开车门或击碎车窗玻璃，设法在车辆沉没前逃离。

（3）路途中发生车辆起火，不要惊慌叫嚷和乱窜，以免有毒气体进入体内或相互踩踏。用衣服蒙住鼻孔，打开车窗跳出逃生。如身上起火又无水源的情况下用衣服拍打火苗或就地滚，以隔离空气迅速灭火。

（4）逃离危险区域后，尽快拨打求救电话 122、110、120 或你所熟知的一切电话，将事故信息发出让人知晓，尽快得到救援。在没有电话或无信号的区域，通过呼救、点燃火堆、用衣物或其他东西标记，引起过往车辆、船只、行人的注意，通过他人传递救援信号。

5. 乘坐火车及地铁安全预防及应对

在人们生活中铁路交通是一种既安全又快速的交通方式，特别是长途旅行时更安全方便。但如果忽略安全问题，铁路交通也会带来伤亡。

（1）在火车站和地铁车站候车时，一定要站在站台的安全线后面，不能越过安全线或跳下站台。

（2）上车时，要有秩序地排队上车，不要乱跑乱闹，抢先拥挤，特别注意不要被车门夹住身体。下车时，要有组织有纪律，在列车服务人员统一指挥下安全地下车。

（3）坐在座位上，不要把头伸出窗外，也不要在车厢内随便走动，要听从列车工作人员的指挥。

（4）乘坐火车、地铁时，严禁将鞭炮、烟花等易燃、易爆危险品带上车。

（5）不要在轨道上行走、坐卧和玩耍，也不要在铁路两旁放牧；不要扒停在轨道上的列车，也不要在车下钻来钻去；不要在轨道上放置石块、木棍等东西；不要乱动扳道、信号等设施；不要拧动铁轨上的螺丝。不要翻越护栏横穿铁路；不要从铁路桥梁和铁路隧道通过。

（6）电气化铁路的接触网带有高压电，严禁直接或间接接触所有部件。

（7）列车遇有特殊情况，要听从列车工作人员的指挥，不要随意跳车。必须下车时，要注意相邻铁路上是否有列车通过。

（8）在桥梁上、隧道内因故停车，要听从列车工作人员的指挥，人员下车后可沿着员工通道到达桥头或洞口。桥梁上或隧道内的铁路两侧每间隔 30 米错落设置有避车台（洞），其中可停留 5~10 人。必要时可在避车台（洞）中临时躲避，等待救援。

（9）地铁中发生火灾时，不要乱跑，在浓烟中视线不清易发生相互踩踏，注意观察火源，从相反的方向，寻找最近的出口逃离，用衣服、毛巾等捂住鼻孔，低头弯腰前行，尽量减少有毒气体进入体内而造成窒息、昏厥的危险。

（10）发生事故时，保持冷静的头脑，对事态发展做出正确判断是提高生存能力的前提，日常生活中的积累与安全防范、危机意识的养成可帮助你在危难时刻安全逃生。

◆ 温馨提示

火车旅客携带品的规定

（1）旅客携带品由自己负责看管。每人免费携带品的重量和体积是：儿童（含免费儿童）10 千克，外交人员 35 千克，其他旅客 20 千克。每件物品外部尺寸长、宽、高之和不超过 160 厘米。杆状物品不超过 200 厘米；重量不超过 20 千克。残疾人旅行时代步的折叠式轮椅可免费携带并不计入上述范围。

（2）下列物品不得带入车内。国家禁止或限制运输的物品；法律、法规、规章中规定的危险品、弹药和承运人不能判明性质的化工产品；动物及妨碍公共卫生的物品；能够损坏或污染车辆的物品；规范和重量超过第（1）条规定的物品。

（3）可限量携带的物品。气体打火机 5 个，安全火柴 20 小盒；不超过 20 毫升的指甲油、去光剂、染发剂，不超过 100 毫升的酒精、冷烫精，不超

过 600 毫升的摩丝、发胶、卫生杀虫剂、空气清新剂；军人、武警、公安人员、民兵、猎人凭法规规定的持枪证明佩带的枪支子弹；初生雏 20 只。

6. 乘坐飞机安全预防

乘坐飞机出行快捷方便，但一定要自觉遵守航空旅行规则，千万不要擅自行动，以免给大家带来不便和危险。保证航空旅行的安全是大家共同的责任，乘客也扮演着重要的角色，必须付出自己的一份努力。

（1）在登机以前必须办理登机手续，同时接收安全检查，以确保你所携带的物品符合安全规定，以减少事故隐患。因此，最好能提前 1 个小时到达机场，保证登机、安检时间充裕。

（2）由于飞机在起飞和着陆时处于颠簸的气流中，因此少数人可能会感到不适，有些人也会出现晕机现象，有这种情况的旅客只要在登机前服用晕车药，同时注意减少活动即可。此外，由于飞机高度的变化所引起的气压的变化可能会导致耳中不适，此时只要做吞咽动作，使耳腔内的气压平衡，就可以解除。当飞机遇到湍流，在座位上时要始终系好安全带；在舱内走动时，一定要扶着座椅靠背或者顶部行李舱；认真收听所有安全通知，并且遵循机组人员的指示；一旦发生湍流，要保持镇静；在湍流过后打开顶部行李舱时要小心。

（3）登机后，要注意倾听乘务员的通知，收听安全须知，即便你已经听过许多次。阅读你前面椅背口袋中的安全资料卡。

（4）入座后，要先查看一下四周，数一数，并记住从你的座位到最近的紧急出口有多少排座位。有时离你最近的出口就在你的座位后面。

（5）就座后，系好安全带，因为随时可能发生湍流；在长途旅行中，注意活动手臂和腿部肌肉。每次起飞前，乘务员都要为所有乘客介绍安全须知，指导乘客如何应对机舱失压。如果机舱失压，要保持镇静并正常呼吸；用力拉下自动下落到面前的氧气面罩，氧气开始放送；将氧气面罩戴到嘴和鼻子上，然后拉紧系带。

（6）最好穿纯棉、羊毛、丝绸或皮革等天然纤维衣物，这些服装在着火或者疏散时可提供最好的保护；避免穿尼龙、人造丝或混纺织品，因为这些材质在高温下会熔化；尽量不要穿短裙、短裤或紧身 T 恤衫，注意保护手臂和腿。

（7）选择不露脚趾、鞋带牢固的鞋，把拖鞋、凉鞋或高跟鞋放在行李中。

（8）为了保持身体里的水分，在航程中尽量多饮水，但不要喝含咖啡因或者酒精的饮料。

（9）飞行过程中，不在机舱内穿梭，不吸烟，不乱动救生设备；从起降全程关闭手机、笔记本电脑等电子设备，以免影响飞机电子导航系统而发生事故。

（10）如果飞机降落在水里，可以将滑梯当作救生筏使用。坐垫也可以兼作漂浮工具，坐垫在紧急情况下很容易拆下并携带。在跨海航线飞行的飞机上还有充气救生筏，而且每个座位下面都有救生衣。

◆ **温馨提示**

航空部门关于携带物品及乘客警示

为了保障飞机和旅客的生命财产安全，除特许者外，严禁旅客随身携带或在交运行李中夹带枪支和警械、弹药和爆炸物品、易燃易爆物品、剧毒物品、氧化剂、腐蚀品、放射性物质、易传染病毒的物品及强磁性物品。旅客携带的管制刀具（包括匕首、三棱刀、弹簧刀）及其他利器或钝器（包括菜刀、大剪刀、大水果刀、大餐刀、工艺品刀、剑等）都属于管制运输物品。应将这些物品随托运行李交运，不能随身携带。

患有哪些疾病的人不宜乘坐飞机呢？一般来说，这些患者包括未经控制的心力衰竭，发病后不到 6 周的心肌梗死和 7 日内做过气胸照相术的人，发病后 3 个月的气胸患者，3 周内做过胃肠手术的人，胃溃疡出血者，空洞型肺结核患者，血红蛋白量低于标准值 50% 或红细胞低于 250 万 / 立方毫米的贫血患者，伴有严重并发症的高血压病患者，严重哮喘、肺炎，支气管扩张，急性肺水肿等患者，脑梗死，脑动脉硬化的患者。此外，对于接近预产期的孕妇，在旅行时可能导致早产，而且在飞行中分娩是较危险的，因此怀孕超过 8 个月者，也不应乘坐飞机。

7. 乘船安全预防与应对

大学生出行、学校组织活动外出时，乘坐轮船乘风破浪在大江大海航行，划着小船在公园的湖面上或在村边的小河中游玩，都是大家很喜欢的活动。乘船安全常识对大学生十分重要。

（1）不要乘坐无牌无证船舶，不要乘坐客船、客渡以外的船，不要乘坐超载船舶和人货混装的船舶，更不要乘坐安全系数差，且无安全救生设备的排筏。

（2）乘船严禁携带易燃易爆危险品，看到别人携带也要予以劝阻或反映给船上的工作人员，以确保全船人员的生命财产安全。

（3）候船时，在候船室不要到处乱跑；在船上不要随意跨过“旅客禁止”界限，不要随便拨弄、按动机械和电气设备，不要在甲板上追逐打闹。

（4）登船后要尽快熟悉所乘舱位的周围环境。上船后要在座位坐稳，不得打闹、随意走动，不要将身体的任何部位伸出船外；要听从工作人员的指挥，遵守船上的安全规定和秩序。

（5）夜间航行，在舱内要把窗帘拉好，不要将灯光外泄。

（6）要牢记救生衣、救生船、灭火器、消防栓的位置及使用方法，以便一旦发生情况，能尽快使用。

（7）船在航行中遇到大的风浪，会出现颠簸，这时不必惊慌，要听从工作人员的指挥，不要乱跑乱闯、大声喧哗，以免引起全船人员的混乱，使船体失去平衡，造成不可预料的严重后果。尤其是乘较小船只在海上或江河上航行，更应当注意这一点。

（8）上下船时，一定要等船靠稳，待工作人员安置好上下船的跳板后再行动。上船后要听从工作人员的安排，并根据指示牌寻找自己的座位。不拥挤，不随意攀爬船杆，不跨越船挡，以免发生意外落水事故。

（9）客船航行时，不要在船上嬉闹；摄影时，不要紧靠船边，也不要站在甲板边缘向下看波浪，以防晕眩或失足落水。观景时切莫一窝蜂地拥向船的一侧，以防引起船体倾斜，发生意外。

（10）如果发生局部失火、漏水或其他不安全迹象，应当尽快向工作人员报告，并立即采取补救措施；在搞不清情况前，不可大声喧哗，以免引起全船人员不安或影响其他乘客休息。

一旦发生沉船、撞船、火灾等事故，要在工作人员指挥下，和全船人员团结一致，沉着果断地采取有力措施，力争尽快排除险情。

发生严重事故需要离船时，要发扬集体主义精神，互相帮助。要按照工作人员的统一指挥，穿好救生衣，有秩序地乘救生船离开大船；千万不要你争我抢，乱作一团，那样会耽误宝贵的时间，使更多的人失去逃生的机会。

● 安全思考

（1）乘坐私家车怎样做好安全预防？

（2）乘坐出租车怎样做好安全预防？

（3）乘坐汽车发生事故怎样应急处置？

（4）乘坐火车及地铁怎样做好安全预防与应对？

（5）乘坐飞机怎样做好安全预防与应对？

（6）乘船怎样做好安全预防与应对？

6.3 驾驶交通工具安全

出行方式的多样化也是现代社会的特征之一，假日里，同学好友骑着摩托车一块儿到郊外兜风；同家人、朋友租一辆车或驾驶自家的私家车去旅行，享受一下驾车的乐趣，领略自然美景，释放工作、学习带来的压力。然而在享受生活的同时，千万别放松警惕，要时刻牢记“安全”二字。

● 身边案例

◆一小伙酒后骑车在马路上上演惊险车技，先是把自己摔倒，后又撞上别人的轿车。2006 年 11 月 15 日 20 时许，蒋某与他人聚餐饮酒后，驾驶两轮摩托车在城区马路上歪歪扭扭地行驶，在一丁字路口处拐弯时连人带车一同摔倒在地，摩托车在路上滑行时，与正常行驶中的周某驾驶的轿车相撞，致使两车不同程度受损。经交警部门认定，蒋某因酒后驾车而承担该次事故的

全部责任。事后，周某对自己的轿车进行了修理，花去修理费 1280 元。经价格认定部门核损，被撞轿车实际车损为 1050 元。周某因此将蒋某告上法庭，要求赔偿其修车费用 1280 元。

◆ 2005 年 6 月 25 日，衡阳市、长沙市 5 名大学生联合包乘罗茂华驾驶的出租车由衡阳市区驶往南岳区，想赶在第二天清晨在衡阳市观日出。当车由南向北行至 G107 线某路段时，遇前方两行人往公路右边行走，因罗茂华驾车超速行驶，处置不当，盲目向左打方向驶入对方车道，与相对方向行驶，装载 7660 千克酒精的重型厢式奥铃货车（该车核定载质量 7435 千克）相撞，货车向前将出租车推挤 51.85 米后停下来，造成出租车上 6 人当场死亡。

第一，驾驶机动车行驶时必须做到：依法取得机动车驾驶证；严格遵守机动车通行规定、载物规定、载客规定、行驶速度规定、停车规定等。

第二，严格按照驾驶证载明的准驾车型驾驶车辆，出门时检查是否带齐驾驶证、行车证等相关证件，不能无证驾车；同时检查车辆状况，轮胎、仪表是否正常，倒车镜、后视镜位置是否恰当，底盘是否有漏油的情况等；不驾驶有机械故障的“带病车”上路。

第三，上车后系好安全带，关好车门、车厢。骑摩托车者（搭乘者）戴好安全头盔，搭乘者（两轮摩托车）在驾驶者正后骑坐，双脚放在踏板上。

第四，要遵守交通信号，听从交通警察指挥；行驶时不超过限速标志牌标明的最高时速，与前车保持足以采取紧急制动的安全距离。

◆ 经验推介

特殊天气驾驶小技巧

（1）雨天行驶

出车前要认真检查制动器、雨刷、灯光、喇叭、转向等机件，确认良好方可出车。行车时，车速要酌情放慢，前后车距要适当拉大，一般不要超车。遇到情况要及早采取措施，不要紧急转向和紧急制动，以防车辆横滑侧翻。车辆通过积水路段，通过前应探明水情，水深不能超过排气管。通过时车速要缓慢，中途不能熄火停车。

（2）刮风行驶

刮风对机动车行驶影响不大，但对非机动车和行人的影响较大。大风天气影响行人视线，易造成事故。驾驶员应减速慢行，随时做好避让或停车准备。

（3）雾天行驶

雾天能见度低，视线模糊，驾驶员难以看清路况，行车危险性大，除打开防雾灯和尾灯外，还应以很慢的速度行驶。如浓雾过大应停车，待雾散后再行驶。

（4）冰雪天气行驶

路面滑，附着力小，汽车后轮容易打滑空转。开车应做到缓慢起步，慢行，

均匀车速。在转向、使用制动方面都应忌急，尽量少用制动，避免紧急制动。冰雪道路，制动距离长，约是普通沥青路面的 3 倍。因此行驶中，与前车要保持足够的距离，做到早发现，提前做好停车准备，严禁空挡滑行。冰雪道路因雪光反射，易使驾驶员视觉疲劳，甚至会产生短时目眩现象，此时必须减速停车，待视力恢复后再继续行驶。

（5）夜间行车

夜间行车，要做到灯光齐全、有效，符合规定。根据可见度控制车速，尽量不超车；必须超车时，应事先连续变换远近灯光，必要时用喇叭配合，在确定前车让路允许超越后，再进行超车。另外，骑车人和行人在来车灯光照射下，发生目眩，看不清路面，所以还必须注意骑车人和行人的安全。坐前排的乘客或者驾驶员在行车时如果刹车，人会因为惯性向前倾。如果不系安全带，那么就会撞在方向盘或者玻璃上。而安全带可以在发生撞车时将人固定在座椅上，这样人就不会撞在方向盘或前玻璃上了，也就保证了安全。

第五，行经人行横道时，减速行驶；遇行人正在横过马路时，停车让行；行经没有交通信号灯的道路时，遇行人横过马路，应当避让。

第六，起步和停车前，左右环顾，注意其他车辆和行人，查明情况确认安全；不在人行道、行车道和妨碍交通的地方停车；不在消防通道和消防栓旁停车。

第七，驾车时不要吸烟、手持及接拨电话，不和同乘者聊天、打闹，不穿拖鞋或高跟鞋；身体不适或服用催眠、解痉镇痛、抗过敏、抗感冒、驱虫药等药物后不要驾车；不酒后驾车，更不要醉酒驾车。

第八，遇到交通堵塞或停车排队等候、车行缓慢时，依次跟车，不要强超、强行插队或借非机动车道、人行道行驶。

第九，通过环形路口，准备进入车道时，让已在路内的车辆先行；出路口时，提前驶入路口最右侧的车道，变道时注意观察周围车辆，确保安全；通过铁路道口时，要主动避让火车，坚决杜绝强行、闯行通过道口的行为。

第十，在高速公路入口和出口的匝道上减速慢行，不要在公路匝道与主路相接处停车休息或等候；如因疏忽或忘记出口，不要在高速公路上和匝道上倒车或逆行，不要疲劳驾车。

第十一，到租车行租用汽车，应选择较正规、信誉较好的租车行，最好请有经验的人陪同，检查车辆状况。借用他人车辆，特别是自己不熟悉的车型，事先要详细了解各系统功能和设置，慢速行驶，熟悉车况和操控系统使用。

第十二，雨雪天驾车低速慢行，保持足够的安全距离，尽量使用低速档，时速不要超过 40 千米；雪地驾车更要慢，轻踩刹车，轻转方向。如遇积水，注意观察积水的深度，确认安全低速通过。

第十三，驾驶摩托车或新手驾车在最右侧机动车道行驶，保持一定的跟车距离。不要占道行驶和骑线行驶，不要频繁变道。转弯、变道、超车、掉头、靠路边停车时，

提前 30~100 米开启转向灯，注意其他车辆，确认安全。

第十四，交通事故的发生，大多与司机不遵守交通法规和安全意识淡薄有关。熟悉和掌握交通法规，注意积累经验和虚心请教，遵章守法，礼貌谦让，是确保安全的前提。

第十五，当机动车与机动车、机动车与非机动车之间发生未造成人身伤亡的交通事故时，当事人对事实及成因无争议时，在记录交通事故时间、地点、对方当事人的姓名和联系方式、机动车牌号、驾驶证号、保险凭证号、碰撞部位并共同签名后，撤离现场，自行协商赔偿事宜。如果当事人对交通事故事实及成因有争议，则不能撤离现场，应当迅速报警。

第十六，当机动车与机动车、机动车与非机动车之间发生造成人身伤亡的交通事故后应立即停车，开启危险报警闪光灯，并在来车方向 50~100 米处设置警示标志；造成人员伤亡的，应当立即抢救受伤人员，并迅速拨打 120 急救电话和 110 报警电话，准确报出事故发生的地点及人员、车辆伤损情况。车祸发生后，如果出现漏油的情况或起火，应迅速撤离现场，以防爆炸造成伤亡。

第十七，发生交通事故后，要保护好现场，因抢救受伤人员需变动现场时，应标明事故车辆和人员位置。解决交通事故赔偿要依据有关法律执行。

第十八，在高速公路上发生事故后应立即停车，保护现场，迅速报警；有死伤人员的应先救人，并立即拨打 120 急救电话；开启危险报警闪光灯，并在来车方向 150 米处设置警示标志；将车移至高速公路边的紧急停车带，不妨碍交通。

第十九，夜晚外出遇人群或骑车者在你的车前突然倒下，别急着下车查看究竟，警惕抢劫和讹诈。

第二十，路遇刮蹭，下车查看，保持平和心态，双方协商后将车移至路边，不要影响交通。路途中发生车辆故障，将车移至路边，开启危险报警闪光灯。如在公路上前后须设警示标志，特别是在高速公路上，必须保证 100 米以上的安全距离。在泥泞的路上打滑无法前进时先倒车后前进，或从附近找石块、树枝等铺垫。

◆ 温馨提示

8 种最冤的交通违法扣分，看看你中过招没有

开车出门，大家都会时刻注意交通规则，避免交通违法。可有时候我们就莫名其妙地违法了，下面就为大家盘点一下什么情况容易出现交通违法，应该怎样避免？

（1）公交车或卡车遮挡

司机开车时往往会遇到前面是卡车或是公交车的情况，卡车或公交车完全挡住了信号灯，如果此时信号灯变为红灯，而后面的车辆跟得太近，很容易造成违章。那么就是闯红灯了，因此跟车时特别是大车一定要保持安全距离。

（2）未悬挂临时牌照

很多车主刚买了新车，还没来得及挂正式牌照，都会办理临时牌照。可临时牌照的悬挂方法是有要求的，而新手司机们往往容易忘记这一点，没有

按规定悬挂临时牌照，这样上路被交警发现是要扣分的，如果没被发现只能算侥幸。

（3）等红绿灯时变道

快到红绿灯路口时，我们往往发现前面的车比临道的车要多，为了能够快点通过路口我们会选择变道，而这么做是违法的，因为靠近路口的线都是实线，实线内是不允许变道的。

（4）出口的斑马分流线

在上下班早晚高峰时，路上的车特别多，而从主路向辅道行驶时，汽车分流现象更为严重，这时如果不按顺序排队通过，非要从斑马分流线上强塞到前面也是违法的，而且容易与其他车辆发生碰撞。

（5）绿灯时不走

交通法规定，当绿灯亮时，我们要观察好后迅速通过路口，如果一直原地不动，也是违法行为。

（6）闯绿灯

绿灯正常情况下是可以通过的，可有时候车流量较大，堵车时，往往会出现交叉路口堵塞的情况，即使绿灯亮了，也不可以驶入交叉路口，不然就是违法了。

（7）右转时压白线

右转时如果你驾驶的汽车压到最右侧车道与非机动车道的分界线，那么你也是压白线了，这种情况下也是违法。

（8）不按规定张贴相关标识

按照规定，机动车检验合格标志、保险标志都应粘贴于机动车前窗右上角，如果在路上行驶时被交警发现未粘贴相应标识就会扣留机动车并进行相应处罚，这也算是一种违法。

● **安全思考**

（1）作为一名驾驶员，你熟悉《中华人民共和国道路交通安全法》等有关驾驶车辆的法律吗？

（2）怎样才能做到安全驾驶无事故出行？

6.4 户外旅游安全

对大学生而言，在旅行中可以增长见识，锻炼意志，还可以发现生活、增长智慧、获得个体发展的机会。危机意识的养成可帮助你在人生旅途中减少磕碰和迷茫。大学生旅游具有自助游、随意性、游乐性、短途性等特点。

● **身边案例**

◆ 2014年3月22日上午，在襄阳市古隆中风景区，湖北文理学院2013级学生范静和其他8名同学，骑着租来的自行车，来到学校附近的黄家湾公园内游玩。12时10分左右，途经一小山坡时，范静不慎撞到路边树上，连车带人翻下山坡。同伴当即拨打110、120，并向学校报告，班级辅导员第一时间赶到现场。120赶到后立即将范静送往襄阳市中心医院，经抢救无效不幸身亡，20岁的花季女生就此殒命。

◆ 2012年10月2日18时许，崂山区警方接到报警，青岛市某大学大二学生小李带着4名来自北京市某大学的女大学生于当天一大早去爬崂山，毫无登山经验的5个人想欣赏别样美景，走野路最终迷路。流清派出所4名民警、沙子口边防派出所7名民警和3名护林队员从两路进山搜救。“请你们快点啊，一位女同学快要虚脱了，再耽搁可能就要出人命了。”小李再次拨通了民警的电话。民警一再让小李说出附近明显的标志，以确定方位，小李说隐隐约约能看见一台挖掘机。民警迅速联系了大河东社区居委会，得知山上确实有一支施工队，有一台挖掘机停在那里。按照当地居民的引导，民警确定了方位，沿着陡坡一路向上，21时许，民警在山上找到了这5名被困大学生。

◆ 2012年10月5日下午，14名大学生结伴进入从化石门国家森林公园辖区内游玩时迷路，由于较长时间找不到路，14人中已有1名学生脚扭伤，1名学生因两天未进食而晕倒，情况十分危急。警方经过近10个小时的搜救，将被困大学生全部救出。

1. 大学生旅游安全事故的预防与处理

旅游中的安全事故可分为两类，即人身安全事故和财产安全事故。人身安全事故包括生病、伤亡事故、交通事故、治安事故、火灾事故等。在各项旅游中都可能发生人身伤亡事故，尤以游览名山大川、江河湖海的危险最大，最易发生人身伤亡事故。

◆ **温馨提示**

大学生旅游活动中常见的安全事故

（1）攀登失足

“无限风光在险峰”，那是诗人的浪漫，如果你不顾危险追求无限风光，不幸发生人身伤亡事故，恐怕就不会有诗人般的浪漫了。某高校十余名大学生相邀攀登学校附近的一座山峰。一位姓刘的同学自感体力超人，又有登山的经验，在前面为大家开路。攀到一半时因山势实在太陡，其他同学就劝刘某，别爬了，太危险，他不顾同学的劝告继续往山上爬。可不久，后面的同学们发现山上已没有动静，估计刘某出了事，便立即向学校报告，学校随后组织当地农民在山林中展开搜索，直到第二天才在一个十几米高的悬崖下找到了

刘某的尸体。

（2）山路拥挤

旅游名山都以雄、险、奇著称，如华山、黄山、庐山等。但越是著名越容易因山路拥挤而发生安全事故。

（3）林中迷路

在原始森林内探险已成为一种旅游时尚，游人若不听指挥擅自行动，在山间小道，原始森林中迷路，造成人身伤亡的可能性很大。一名学生到湖北省著名的神农架原始森林旅游，在一处叫板壁岩的景点游览时，他因为好奇便没有按规定的路线走，独自一人进入森林，结果在林中迷路，当地警民在山里搜索了三天也没有找到他的踪迹。

（4）溺水身亡

在海滩戏水玩耍或搏击风浪是一件非常愉快的事情，也是大学生十分向往的旅游项目，如果你不识水性，疏忽大意很容易酿成悲剧。

（1）旅游中安全事故的预防。一是提高安全意识。旅游安全事故的发生原因是复杂的，多方面的，虽然有时难以预料事故的发生，但是如果提高事故防范意识，不做有悖于安全的事，许多安全事故是可以避免的。二是出发前要认真做好准备工作，选择最佳的旅行线路和交通工具，对自己的身体状况要正确估计，不要带病旅游。三是游览中严格遵守景区的安全规定，听从导游的安排，对路边的安全警示牌要认真阅读。避免单独活动，分散活动时要准时到达指定地点集合。

（2）旅游中发生安全事故的处理办法。一是自救。一旦发生事故不能惊慌失措，等了解清楚你所处的环境和伤情后设法自救，一定要相信自己能够战胜困难，摆脱困境。二是求救。有时你依靠自己的力量实在无法摆脱困境，或因伤势太重不能活动时，只能耐心等待救援。在等待救援时要注意保持体力、坚定信念，还要及时发出求救信号。可以利用携带的通信工具，手电筒、打火机的光线，也可以利用石头敲击发出声音，挥舞鞋色彩鲜艳的衣物等办法与外界联系。

2. 跟团游安全事项

（1）外出旅游及参加营地活动前要做好充分的准备。一是应准备的物品有帽子、水壶、雨具；治疗肠胃、感冒的药品和治疗外伤的药（如创可贴、碘酒等）；降暑、防晕车的药品；卫生纸、干净清洁的小食品。二是尽量穿宽松吸汗的衣服，尽量不要穿裙子或短裤；准备一些早晚添加的衣服，穿厚棉袜和旅游鞋。三是要熟记导游的手机号码，也可将自己的手机号码留给导游，以便走丢或遇紧急情况时联系。

（2）乘车、船、飞机出发，一定要准时，有秩序排队乘坐，不争抢座位，不能超员。坐好后要系好安全带，不与司机交谈，不要把头、手伸出窗外，不向外抛掷物品。要了解并遵守乘车、乘船等交通安全规则。

（3）大学生外出旅行或参加营地活动最好要有家长或教师带队，最好以组团方式，

由正规旅行社导游带领；发生问题可以由导游与当地旅游部门联系解决；外出旅游要和旅行社签订合同，保障个人权利。

（4）旅游或营地活动中要听从导游、家长和教师指挥，严格遵守纪律，互相帮助，任何时候都不要离队单独行动。因上卫生间或其他事要暂时离开，必须向导游、家长和教师请假，并结伴而行。

（5）旅游或营地活动中要记住集体居住或集合的地点、所乘车辆的车牌号码或车次。万一迷路走失，要及时与导游、家长和教师联系，或找警察帮忙。

（6）旅游或营地活动中注意饮食卫生，最好到旅行社指定的餐馆就餐；一些当地小吃，不要随便食用，可请导游带领到卫生条件较好的餐馆就餐。

（7）在山林草丛中要注意防火，不能随意点火或野炊。允许野炊的地方要做好防火准备，野炊结束后要用水或土彻底熄灭余火，确保余灰不能复燃再离开。

（8）夜间不要外出；不去情况不明的地方探险，不在危险的地方照相；水情不明时不要蹚水或到水里游泳；不要在空旷的野外、大树下、电线杆下、高楼顶上等地方躲避雷雨；遇雷雨时要将手中的金属物品尽快抛到远处。

（9）游览过程中要爱护景区设施设备，不破坏公物，不在树干、石壁、墙壁等地方乱涂乱画；废弃的物品要收集起来放入垃圾箱。

（10）要了解旅行地的风土人情；到少数民族地区要尊重民族风俗，以及语言、行为、购物、饮食等方面的忌讳，以免产生不必要的问题与麻烦。

◆ **温馨提示**

大学生登山注意事项

从事旅游登山时，必须具备体力、装备、知识三大要素，同时要有组织、有准备地进行。应注意以下几点。

（1）出行前规划好登山线路，要充分了解交通情况，进入山区要注意塌方落石与路基塌陷。

（2）要了解自己的身体状况，随身携带药物；若有高山反应或身体不适者，勿勉强登山。

（3）要选择合适的登山服装，尽量轻装上山，减轻负荷；要穿旅游鞋和布鞋，勿穿高跟鞋；要做好相互联系以及与外界联系的通信工具；如借助拐杖，要注意选择长短、轻重合适与结实的拐杖。

（4）进入山区后要注意天气变化，遇雨时不要用雨伞，最好用雨披，避免雷电并防止山上风大连人带伞给吹跑。

（5）要做到观景不走路，走路不观景；照相时要选择能保障安全的地点和角度，尤其要注意岩石有无风化。

（6）登山队伍要保持前后呼应；迷路时应返回原路，或寻找避难处救援。

（7）上山后注意林区防火，沿途不要吸烟；要爱护自然环境，不破坏景观资源，不随意丢弃垃圾。

3. 自助游安全事项

（1）事先与家人沟通。出行前把自己的行程在网上与朋友分享之余，别忘了也跟家人共享，比如哪一天在什么地方等。万一出了事，家人也知道你的大概位置。最好购买一份保险，并把保险单复印一份给家人，家人在紧急情况下可以找保险公司帮忙。

（2）储备紧急求生常识。

◆ 温馨提示

野外紧急求生常识

（1）在野外迷失方向时，如带有手机，应及时拨打电话求救；因集体行动，当你发现与队伍走散时，其他人也不会走得太远，高声呼叫可引起同伴的注意；如走得太远无法联系，电话也无信号时，可选择较开阔的地方生火，发出求救信号，但应注意不要引起山林起火。

还可采用以下方法辨别方向：可以找到一棵树桩观察，年轮宽面是南方；或者找一棵树，其南侧的枝叶茂盛而北侧的则稀疏；观察蚂蚁的洞穴，洞口大都是朝南的；在岩石众多的地方，你也可以找一块醒目的岩石来观察，岩石上布满青苔的一面是北侧，干燥光秃的一面为南侧；还可以利用手表来辨识方向：你所处的时间除以2，再把所得的商数对准太阳，表盘上12所指的方向就是北方。

（2）在野外如被毒蛇咬伤，患者会出现出血、局部红肿和疼痛等症状，严重时几小时内就会死亡。这时要迅速用布条、手帕、领带等将伤口上部扎紧，以防止蛇毒扩散，然后用消过毒的刀在伤口处划开一个长1厘米、深0.5厘米左右的刀口，用嘴将毒液吸出。如口腔黏膜没有损伤，其消化液可起到中和作用，所以不必担心中毒。

（3）在野外被蚊虫叮咬时，不要抓痒，用肥皂清洗干净后再搽点清凉油或风油精等；或用冰或凉水冷敷后在伤口处涂抹氨水。如在水中被蚂蟥叮咬，不要用手去拉，以防吸盘留在伤口内感染，可采取拍打的方式使其掉落，用盐水清洗伤口或酒精消毒。如果被蜜蜂蜇了，用镊子等将刺拔出后再涂抹氨水或牛奶。

（4）在山中惊扰胡蜂，不能猛跑或拍打，以免遭到蜂群攻击发生危险。立即蹲下或就地滚开，以衣服保护头部，不要使周围树叶发生震动；如被蜂蜇，用食醋洗敷被蜇处，用指甲或夹子将蜂刺拔出，服用一些抗组胺药物，也可用紫花地丁、半边莲、七叶一枝花、蒲公英捣碎涂抹等。

（5）旅行时发生骨折或脱臼时，用夹板固定后再用冰冷敷。从大树或岩石上摔下来伤到脊椎时，将患者放在平坦而坚固的担架上固定，不要让身子晃动，然后送往医院。

（6）野外备餐时如被刀等利器割伤，可用干净水冲洗，然后用手巾等包住。轻微出血可采用压迫止血法，1小时过后每隔10分钟左右要松开一下，以保

障血液循环。

（7）旅行时吃了腐败变质的食物，除会腹痛、腹泻外，还伴有发烧和身体衰弱等症状，应多喝些饮料或盐水，也可采取催吐的方法将食物吐出来。

（3）准备一个紧急电话号码簿。最好能设置成单键拨号或者快速拨号，当发生事故时可以快速找到适当的人和机构。当地的紧急报警电话一定要知道。

（4）书写一份紧急清单。当你遇到紧急情况，被送上救护车，一份与你的身份证或护照放在一起的紧急清单或许会救你一命！这份清单主要用于紧急情况下让别人了解你，主要内容如下。

个人的基本情况。如姓名、性别、年龄、身份证号码。

简单病史。如果你有病史，当然要写上，还有常用药。如果没有病史，起码要写两项：血型和过敏史。没有过敏史可以不写或者写“没发现”。

保险状况。写上保险公司的名称、保险单号、保险公司电话、SOS 客户号、国际 SOS 联系电话。

紧急联系人。建议找个英文好的人或者起码懂点英文的人作为你的紧急联系人。如果在国外，不一定人人都会中文。

◆ 经验推介

女性独自出游注意事项

现代女性独自旅行时要多考虑安全问题，因为稍有疏忽就可能会在旅游时遇骗遭劫，轻者伤财，重者影响人身安全。

（1）出行前充分了解当地情况，并将出行计划告诉家人或朋友

出行前收集资料，多了解一些要去的地方的安全性，以及当地人惯用什么招术骗取观光客，知己知彼，可以减少意外的发生。为了对家人负责，也为了保护自己，远游之前最好把已经决定的行程告诉家人（或朋友）。其中要包括最可能联络到你的地方，即使你完全不订旅馆，是背包流浪，也应该选择几个必定会经过的处所，甚至可以把各个国家旅游服务中心的数据留给家人，以方便亲友联系。

如果是出境游，还可以把个人资料和行程报给政府的外事部门，也就是让国家的外交部知道“它的国民”将去哪些地方。他们有责任维护你的安全，并在必要时给你提供协助。所以，最好随身备有各地领事馆的数据，也把这些资料留给你的家人。

（2）穿着简单自然，忌携带贵重物品

尽量依当地人的习惯穿着，出外旅游可不是选美，切忌打扮得花枝招展或钱财外露，引起歹徒注意。照相机每拍完一个景点后，马上收入随身行李中。搭乘交通工具时，将背包反背。

出门旅行忌携带贵重物品，一是容易遗失；二是容易被歹徒盯上。重要

的东西，最好留在房间的保险箱里。

（3）选安全住宿，忌不设防、不知逃生门

选安全住宿，勿贪小便宜，租住陌生民宅或低矮楼层。入住时忌不设防。许多旅馆的房门虽然有弹压的设备，但弹力不足，门虽然关上了，却不能关紧，如果出门时不再拉一把，是无法锁好的。

如果你早知道房门不保险，可以先上网买旅行用的安全锁，也可以把杯子或瓶子放在门把手上，只要有人转动门把手，杯瓶就会落地，把贼吓跑。也可以在离开房间时留一盏灯，并且打开电视，装作房内有人的样子。碰上插卡取电的装置，可以用纸卡代替，使你不致因为抽走房卡而断电。

此外，进入旅馆房间的第一件事，应该是查看门后面贴的房间地图，看清楚防火梯的位置。绝大多数的旅馆应该有这样的设置，如果你住的是小客栈，没有图，则要亲自查看，如果发生特殊状况，方便逃生。

（4）保持低声交谈，不暴露自己的个人信息

旅途中，尽量避免在旅馆大厅喊别人的名字，再问他住几号房间。这也是旅行团到达旅馆，往往要求团员留在车上，由导游去拿钥匙，再回车上发送的主要原因。

出门旅游不要轻易暴露自己的个人信息。不要把自己的名字、地址和电话，用很大的字写在行李上。

（5）慎选友人，危机时应呼救

在外面遇见陌生人，就算谈得很投机，就算把自己住的旅馆告诉他，也不能说是哪个房间。此外，切勿饮用陌生人的饮料，或觉得对方很和善，便轻易答应邀约，即使对方都是女孩。

（6）忌街头看地图，易招劫匪

如果你到陌生的地方旅行，一定要准备好详细的地图，而且出门之前先把打算走的每条路都弄清楚。因为站在街头东张西望，再掏出地图查看街道名称的动作，等于明明白白地告诉歹徒，你是下手的好对象。因此，应该在旅馆、隐密场所或安稳地坐在地铁座位上，将地理位置看好再行动。

（7）切忌进入暗巷，人身安全或有危险

旅行中，如果不小心走入暗巷要立即出来，就算被抢了，也别追进“黑街、黑巷”。进入暗巷将会增加自身的危险。

（8）忌“露白”，钱财要藏好

要避免一切变成目标的可能。譬如穿着耀眼，脖子上挂着几台摄影机，手里拿着地图。又譬如你专去名牌店，提着好几个名店的手提袋。最好身上少带钱，甚至根本不带钱包，而且把中等和小额的钞票分别放在不同的口袋中。如果到治安非常差的地方，你还可以藏一点钱在袜子里，以防被抢之后没有盘缠回家。

（9）遇抢劫切忌争强好胜

要记住“好汉不吃眼前亏”的道理。留得青山在，不怕没柴烧，除非四周

的环境对你有利，否则宁可破财，甚至受辱，也要保住自己的性命。

（10）保持警觉心，忌无谓的游荡

在外游玩时，切忌毫无目的、无谓的游荡，要随时保持机灵的警觉心。快速行走是避免成为目标的好方法，因为那能显示你知道路，像当地人。又显示你活力旺盛，比较会反抗。夜里在僻静的街上行走，避免紧靠着街边的建筑物，以免被人一把拉进去。

4. 旅行维权

（1）看清旅游广告。规范的旅游广告应有旅行社的名称、许可证号和法人代表等内容。不规范的广告往往是非法经营旅行社业务的个人或机构，在广告中既无企业名称，又无办公场所，冠之以“某某假期”“某某之旅”的名称，联系方式仅为手机，旅游质量无法保证。

◆ 温馨提示

不法旅行企业的消费陷阱

（1）诱人广告低价揽客

面对竞争激烈的旅游市场，有些旅行社为拉拢客源，打起了价格战，推出了充满诱惑力的旅游宣传广告。让利于消费者本无可厚非，价格降低了，但运作成本是固定的。随之而来的自然是旅游服务质量的缩水及增加了其他项目的开支及广告之外的“自费”项目价格，譬如一些导游临时变更路线，增加自费项目迫使游客消费，同时压缩旅游景点游览时间，以增加购物次数、延长购物时间等。

（2）食宿降低标准，诱惑游客购物

就餐时，一般都是标准餐，旅行社往往会在这方面动脑筋，千方百计地降低标准，减少实际开支，至于是否达到标准，只有旅行社和饭店清楚；住宿也是如此，以准星级或相当于某星级来欺骗游客。在旅游购物时，不要被少数导游的虚情假意所迷惑，他们往往以能找到货真价实的购物点为由，诱导消费者前去购物，消费者在享受“物有所值”的同时，导游也从购物点拿到了丰厚的“回扣”。

（3）虚假宣传误导，私自转团卖团

有些旅行社在广告宣传页、行程单上罗列出许多景点，甚至还打出了“免费赠送景点”的招牌，消费者看似得到了一份丰盛的旅游大餐，殊不知这些景点其实大都是免费的；有些旅行社报名游客人数较少，难以成团，考虑到经营成本，他们在未征得消费者同意，甚至在消费者根本不知情的情况下，私自将旅游者转并给其他团，侵害了消费者的知情权。

（2）注重旅行社信誉。价格虽然是要考虑的因素，但消费者更应当注重旅行社的

信誉问题，消费者可以多方打听旅行社的口碑、规模和等级等情况。在实际中产生纠纷的，往往是那些信誉等级低的旅行社，尤其是打价格战的旅行社，旅行社报的旅游费用价格低于市场的一般价格甚至低于成本，这要引起消费者的警惕，低于成本价格，则旅行社以及相关旅游的经营者会变相在旅行中通过购物、增加其他名目的费用等方式获取额外利益，因此，消费者要注重旅行社的信誉，除了查阅旅行社的情况外，在签约前，消费者一定要认真审查合同的条款。

（3）签订旅游合同。合同、发票或收据都是重要证据，要妥善保管。合同对旅游内容、费用、退团、转团、合同变更以及甲乙方权利、义务都有明确规定。旅游者应仔细阅读合同条款,对一些容易引发纠纷的事项要在合同中明确约定。具体包括门票费用，购物的地点和次数，住宿标准，交通工具，餐饮标准。

（4）注意细节，保留证据。消费者往往遭受到损害后才想起证据保留问题，多数消费者并非法律人士，很难提前想到保留证据。消费者应当对吃、住、行、游、购、娱几大方面活动中的细节，如住宿标准、旅游线路、景点安排、饮食、接送服务等情况都要做记录，在出行前提前查看合同，对比合同中约定的项目，对于与项目不符的情况，及时找导游或领队沟通，相关沟通的细节可以录音。消费者需要保留的相关材料包括旅行社的宣传单、旅游合同、缴费票据、导游的名片、旅游景点的门票、住宿旅馆的登记卡等。消费者在旅游过程中，既可以采用录像、录音、拍照等方式对景点等留念，也可以用来取证使用。如果出现人身伤害时，应当及时报警。

（5）与旅游经营者协商和解。旅游者在旅途中若遇旅游纠纷，可先与组团社的全陪、领队或地接社导游多沟通，不能解决时，再与组团社联系，要求妥善处理。要及时向他们反映自己的意见和建议，听取旅行社的答复后再做决定。

（6）请求消费者协会调解。《中华人民共和国旅游法》规定，消费者协会、旅游投诉受理机构和有关调解组织在双方自愿的基础上，依法对旅游者与旅游经营者之间的纠纷进行调解。消费者在与旅游经营者协商不成时，可以通过消费者协会等机构与旅游公司进行调解解决。

但是调解必须遵循自愿原则和合法原则。自愿原则包括两个方面：一是调解工作必须在双方当事人自愿的基础上进行；二是调解协议内容必须出自双方自愿。合法原则主要是指调解工作要以事实为依据，在分清是非的基础上，正确地适用实体法来确定双方当事人的权利和义务，调解协议的内容不得与民事法律中的禁止性规定相冲突，不得侵害国家利益、社会公共利益，不得违反公序良俗或损害第三人的合法权益。

（7）向有关行政部门申诉。消费者如果需要向旅游管理部门投诉，应当及时提交赔偿请求书和相关证据资料。在书写赔偿请求书时，要注意：客观真实地陈述需投诉的事件内容。表述的事件经过应尽量具体、详细；提供的证据真实有效。主要的证据包括旅游合同、旅游行程表、旅游发票、车船票据、门票、购物发票、接待单位的证明以及其他可以证明侵权、违约的材料；提出的赔偿请求和主张合法合理。对旅游者提出的投诉，旅游管理部门主要依据国家旅游局发布的《旅行社服务质量赔偿标准》，认定旅行社的赔偿责任和金额，故游客在确定赔偿金额时，要以双方合同约定的违约责任和

管理部门的有关规定为主要依据。

（8）根据与经营者达成的仲裁协议提请仲裁机构仲裁。在旅游时，消费者一般都会与旅游公司签订旅游合同，若在合同中有仲裁条款或者事后与旅游公司达成协议，消费者可以凭借仲裁条款及仲裁协议提请仲裁机构进行仲裁。

（9）向人民法院提起诉讼。消费者可以持民事起诉书、旅游合同等相关证据材料到法院提起诉讼。

◆ **温馨提示**

旅游途中常见的十大骗术与破解方法

第一招：最常见的大概要算是专业扒手团伙，严格来说也不算是骗，应该说是手法高明快速的“偷”：妇女抱着孩子或几个孩子一组，绕着“待宰肥羊”团团转几圈，或是拿着报纸靠近你，几秒钟就能顺利得手了！

破解术：少用外露的霹雳包，改用内藏式贴身腰包，证件及金钱都放在贴身腰包里，口袋只放当天要用的少量现金，最重要的是不要让陌生人有靠近自己的机会。

第二招：在人群中故意散落满地铜板，当有人被吸引，甚至好心蹲下去帮忙捡拾时，旁边早已虎视眈眈的“第三只手”就会乘虚而入了！

破解术：遇事不要太好奇，也不要因身边发生的事而疏忽应有的警觉性。就算有心想帮助别人，也要先看管好自己的行李。

第三招：公园里，慈祥的老先生发现你背后衣服脏了，好心告诉你还帮忙清理。等到闲话家常完，衣服也清理干净后，口袋里的钱和皮包也不翼而飞了！

破解术：友善的当地居民确实让人觉得温暖，但是防人之心不可无，有些事最好还是自己来吧！谢谢“好心人”然后迅速离开现场，最好马上到人多的地方，以防小偷扒窃不成硬抢。

第四招：快餐店的邻桌客人故意丢了人民币在地上，然后告诉你：“是你的钱掉了吗？”等你低头捡起来时，邻桌客人已经和你桌上（或椅上）的背包一起消失了！

破解术：在餐厅或快餐店，同桌伙伴去洗手间、只剩自己一人看管行李时，不要理会邻桌客人的动作和谈话，所有行李都不可离开视线。

第五招：“假游客”拿着地图来问路或是一起研究行程，经过仔细讨论后他们称谢离去，只留下背包已被洗劫过的真游客。

破解术：旅行途中自己也是个需要看地图的游客，被人问路当然不寻常。最好直接说自己也不清楚，马上离开现场，不要让自己被包围在中间，增加坏人下手的机会。

第六招：歹徒假扮警察在路上检查游客的证件，还要求检查携带的外币是否为假钞。被带回假警局（或带进暗巷）的无辜游客，不是真钞被调包，

就是所有的钱全被当成“假美元”没收了。

破解术：一般在没有犯罪或意外情况发生时，不会有警察来“临检”游客。如果不能当场判断警察的真伪，最好说护照和钱都在旅馆保险柜中，或是佯装听不懂请当地路人及店家帮忙翻译，无论如何都不要掏出重要证件和金钱。

第七招：遇到愿意充当导游的热心人，介绍许多景点、交通、食宿资料取得游客信任后，再介绍令人心动的黑市汇率，换完钱就会发现换来的钱少了许多或者全部是假钞！

破解术：任何国家的黑市兑换都是不合法的，如果在黑市换钱而发生问题时，不但没有申诉机会可能还要吃官司。最保险的方法是在银行换钱，虽然要付些手续费但却安全得多。

第八招：在“兑换处”换钱也不见得百分之百安全，有时遇上牌告汇率和实际兑换时不同，换完询问才知道牌告汇率是一次兑换500美元以上的优惠，这时想不换也来不及了！

破解术：每家银行或兑换处的汇率、手续费计算都不尽相同，换钱之前一定要先问清楚，例如，可问换100元美元（现金或旅行支票）可拿到多少外币？这样很快就可以算出实际的汇率，再决定要不要换。换好钱后，别忘了将护照和钱收藏妥当再离开银行，以防歹徒早等在外面下手。

第九招：在币值比较小的国家旅行，面额很大的钞票（动辄上万元甚至百万元一张）常让人算不清楚，尤其拿大面额钞票买便宜小东西时，一不小心，本来该找回99万元却只拿到9.9万元！

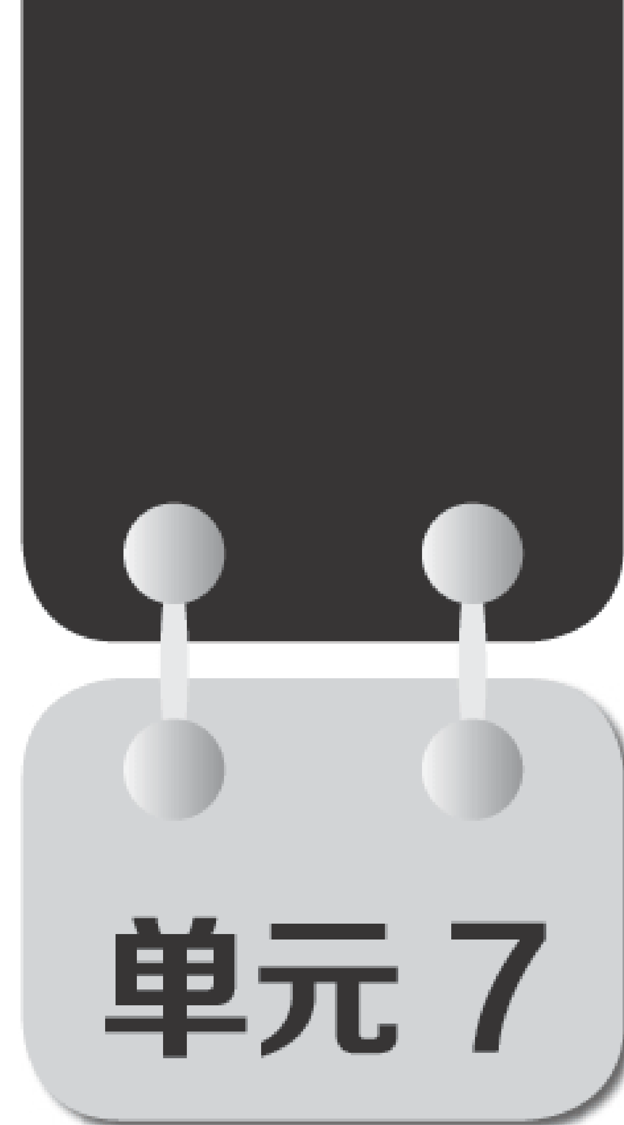
破解术：买小东西时避免用大钞，若正好没有零钱就先算好该找多少钱，把找回来的钱当着商家面算清楚，一旦离开可就没有机会讨回公道了。

第十招：无论是真艳遇或是假艳遇，在旅途中都同样是高风险的事。提防骗徒摇身一变为浪漫的异国情人，一夜风流或俪影成双几天之后人财两失！

破解术：出国旅行时，就像脱离平常的现实生活走进另一个时空，很容易让人失去应有的理智与判断力。所以别对旅途中的异国恋情有过多的期待和幻想，就算有缘认识新朋友也不要急于发展，好好保护自己才是最重要的。

● 安全思考

（1）大学生旅游安全事故如何进行预防与处理？
（2）大学生跟团游应注意哪些安全事项？
（3）大学生自助游应注意哪些安全事项？
（4）大学生旅行过程中发生纠纷怎样进行维权？



网络信息安全

如今是大数据时代，信息的安全性已成为信息传播与交互的首要问题。网络世界是一个千姿百态、精彩绝伦的虚拟世界，徜徉其中，就像进入一个魔幻世界，让人目不暇接，大学生自然而然地会产生留恋、驻足、尝试、投入、迷醉的感觉。网络世界同时也是一个信息的万花筒，学习、娱乐、信息以及各种各样的色情、暴力、垃圾信息混杂在一起，让大学生眼花缭乱，难以分辨。网络是把双刃剑，掌握了它，大学生手中就多了一把学习的利器；被它掌握，大学生就会成为它的奴隶。虚拟世界，奥妙无穷，分清利弊，适可而止！



7.1 大数据背景下的信息安全

目前，互联网个人信息泄露问题突出，由此滋生出的“非法使用”个人信息的黑色产业链以其低成本、高回报的特点导致这一产业几乎呈爆发式增长态势，人们因此而蒙受的损失更是惊人。

● 身边案例

◆ 2016 年 12 月 2 日，上海市某快递公司到上海市公安局青浦分局某派出所报案称，其工作人员在某 QQ 群内发现群主发了一份快递公司“43.5GB 数据库泄露情报”的帖子，内容是该快递公司 2014 年 1 月 1 日订单库内的数据，包含姓名、手机号码、联系地址等公民个人信息。警方根据线索于 2016 年 12 月 24 日在深圳市龙岗区某小区抓获嫌疑人李某，并当场查获李某用于存储信息的笔记本电脑一台，内有 2000 万条公民个人住宿信息。原来，被告人李某于 2016 年 7 月大专毕业后，来到上海市闵行区某技术公司工作，工作内容就是专门收集公民个人信息。李某在百度上输入关键词“社工库”，搜索出来的信息包括个人的 QQ 号、个人姓名、联系方式、家庭住址、车辆信息等，然后再进行“数据清洗”，即分类整理。李某因是计算机专业毕业，比较内行，他还创立了网络论坛吸引黑客，黑客在论坛上公布各种漏洞数据，李某就通过这些信息再收集公民个人信息。在 2 个月内，收集到了包括公民个人信息在内的大约 100GB 的数据。据李某交代，公司的另一个员工给了他一个机械硬盘，里面有 2000 万条某连锁酒店公民的住宿信息。后来公司工资发不出，李某就离职来到深圳。2016 年 11 月，他在网络论坛上发布一个名为“淘宝泄露 43GB 数据库”的帖子，点开链接就会出现一个加 QQ 群的信息。加入这个 QQ 群后就可以看到李某上传在群共享里的名为“数据库大合集”等多个文件夹。李某后来还给申请加入 QQ 群设门槛，支付 8.8 元后才能加入 QQ 群。截至被民警抓获时，只有 3 个人付钱加入，李某盈利 26.4 元钱。被告人李某非法获取某酒店公民住店信息 2000 万条，最终，李某被法院判处有期徒刑 4 年，并处罚金 5 万元。

◆ 2013 年 10 月，国内安全漏洞监测平台“乌云网”披露，自称是中国最大的酒店数字客房服务商的浙江慧达驿站公司，因为安全漏洞问题，使与其有合作关系的大批酒店的入住记录在网上泄露。数天后，一个名为“2000 万入住数据”的文件出现在网上，其中包含 2000 万条在酒店开房的个人信息，容量达 1.7GB。入住数据中，入住时间介于 2010 年下半年至 2013 年上半年，包含姓名、性别、国籍、民族、身份证号、生日、地址、邮编、手机号码、固定电话号码、传真、邮箱、公司、住宿时间 14 个字段。

1. 个人信息安全储存

在大数据时代，进行自我信息保护、预防个人信息泄露，核心是需要提高自我保护意识。

（1）区分数据保密类型，将未加密数据看作公共数据。将储存在云中未加密数据当作公共数据，即使你认为这些数据非公共数据。要把自己认为重要的数据用硬盘、U盘或纸质方式储存。

（2）数据加密应该由数据所有者来完成。数据加密不要过分依赖外人。用户可以自己通过加密程序或利用开源工具实现加密。

（3）数据的加密手法应该尽量独特。在理想状态下，只有收到加密信息的用户才应当了解加密方法。但现实社会中，由于加密方法简单化，成为数据泄露事件的起源。

（4）定期更换安全模型或密码。在用户涉及银行钱财交付时都应该更换安全模型、密码，尽可能做出更多的改变。

（5）不要轻信少于双重身份验证的站点。用户可以将下列属性（方法）组合在一起，用于网站访问时的验证。使用的属性（方法）越多，网站越安全。一是设置安全度绝高的密码。不要对多个注册信息采取一致的用户名及密码，这样更容易泄露信息。建议采用数字＋字母（大小写都有）＋符号方式设置密码。二是令牌（设备），如银行使用的动态密码或硬件U盾等。三是利用生物识别技术，如指纹识别等。四是利用语音识别和地理定位技术。五是不要在网站上提交个人信息，注册用户名不要用自己的名字。六是发布文章，三思而后行，尽量不用真实姓名。

（6）不在线时关闭计算机。目前任何人都无法访问已关闭的计算机。

（7）避免使用大众化的、标准的或免费软件。操作系统或软件越标准、越开放就越不安全。相反，越独特、越封闭就越安全。

（8）易用性是安全的大敌。建议用户不要采取简单路由方式，应尽量设置安全屏蔽措施。

（9）注意灰色地带。黑客们可以潜伏在灰色地带，伺机发起攻击。要对如QQ远程访问及时关闭，重要机密或隐私性信息操作，应该在断网下进行，以防网络在线时重要信息的泄露。不要下载来历不明的软件，要使用正版软件或换用其他相同功能的免费软件。

（10）信任但仍要核查。一是装好杀毒软件以及最新的系统补丁，不要进一些不良网站或者使用任何不信任的软件，如外挂等。二是对于涉及钱款、购物的网站要核实其网址的正确性，并安装安全插件。三是定期使用搜索引擎查找自己的真实姓名。重点查看前三页的内容，看看是否有和自己相关的隐私信息。四是定期使用搜索引擎搜索“个人姓名＋个人信息（单位、住址、电话号码）”。通过这种组合查询，能较为准确地知道自己信息泄露的情况。

◆ **温馨提示**

使用网络要警惕不良心理

（1）追求刺激心理

掌握了计算机技术，就跃跃欲试，在不断破解别人电子密码，攻破网络禁区中寻求新刺激，乐此不疲。

（2）智力炫耀心理

觉得自己身怀计算机绝技，把网络当成施展高智商的舞台，解密攻关成瘾，专门挑战保密单位、军事部门或政府机关网站，进行非法入侵窥探、捣乱活动。

（3）恶作剧心理

缺乏社会责任感和自我约束能力，道德观念淡薄，拿别人开电子玩笑，给别人制造电子麻烦，捉弄人。

（4）图财牟利心理

国际有关研究表明，促使犯罪者实施计算机犯罪的最有影响力的因素是个人财产上的获利；其次是进行犯罪活动的智力挑战。

（5）报复陷害心理

因为达不到某种目的或与人有矛盾纠纷，或者自认为遭受不公正的待遇等，对他人实行电子报复或陷害。

（6）法盲侥幸心理

以为互联网无国界、无法律、无警察；以为利用计算机违法无形无影，留不下痕迹证据；以为执法机关精通计算机的人不多，未必能侦查破案。其实，我国和世界上许多国家都有网络警察，其中有许多网络高手，专门打击计算机违法犯罪活动。

2. 使用公共计算机信息安全预防

有时候，我们不得不使用公共计算机，这时有可能将你的个人数据暴露于公众之下。

（1）在计算机上删除网页浏览记录。当浏览网页结束时，最好是删除 cookie、形式数据、浏览历史和形式网络文件。在不同的浏览器中，诸如 IE7、火狐等，都有类似的功能，可以使用这一功能。

（2）不要在本地存储文件。当使用别人的计算机时，即使是熟人的，也最好不要在本地存储文件。最好的方法就是在必要的情况下事先准备好 U 盘存储文件。

（3）不要保存密码。不要在公共计算机上保存自己的账户、密码。

（4）不要输入信用卡信息。不要在公共计算机上网上购物时输入信用卡信息。

（5）删除临时文件。临时文件是在使用软件的时候产生的。在本地磁盘上搜索 *.tmp，*.chk，~*.* 文件，找到这些临时文件后全选，使用 Shift + Delete 组合键彻底删除，或是放到回收站然后清空。

（6）删除文件网页。网页文件是 Windows 中的虚拟内存。要想自动删除这些信息，你需要使用本地安全政策。访问本地安全政策，打开控制面板，双击管理工具，然后双击本地安全政策。接着在右边的控制面板中单击“安全”选项，下拉菜单中有一个关闭：清除虚拟内存网页文件，双击该项就可以了。但在很多公共计算机上，你没有权限访问本地安全政策，在注册表编辑器上也不能修改。如果是这种情况，可以手动删除网页文件。首先需要改变 IE 中的设置。单击“查看”→“文件”选项→“查看”，在下拉菜单中单击显示隐藏文件和文件夹。取消隐藏保护操作系统文件选项。找出以 pagefile.sys 命名的文件。一般是在 C 盘，然后删除；系统重启时就会重新设置。

（7）重启。当你在公共计算机上完成任务时，最后一项就是重启。这不仅会清除网页文件，还会清除所有物理内存上的使用痕迹。

（8）注意周边环境，不要犯常识性错误。最后需要提醒的是，注意使用公共计算机时的周围环境。一些人可能正在注意你的行文，浏览机密文件的时候要确保周围无人。你的身边可能就会有监控录像，输入密码的时候最好小心一点。最重要的是，需要记住，没有任何一台公共计算机是绝对安全的。那些不怀好意的人可能会在计算机上安装键盘记录工具。所以，最好还是不要在公共计算机上做一些涉及敏感信息的工作。

3. 网上不良信息预防

（1）要登录内容健康的网站。不要登录内容不健康的网站，不要浏览充满色情、暴力、凶杀、赌博等有损身心健康的内容，以免心灵遭受污染；不要沉迷于网络游戏和聊天。应多收集一些有益于身心健康和学习的信息，培养高尚的情操，努力树立正确的人生观、道德观和世界观。

（2）要充分认识网络世界的虚拟性、游戏性和危险性。对网络恋情要多一点清醒，少一点沉醉，不要把网络当作现实生活的避风港。生活中无论有什么艰难险阻，都应该积极地去面对，去解决。

（3）要保持正确对待网络的心态，遵守全国青少年网络文明公约。要善于网上学习，不浏览不良信息；要诚实友好交流，不侮辱欺诈他人；要增强保护意识，不随意约会网友；要维护网络安全，不破坏网络秩序；要有益于身心健康，不沉溺于虚拟时空。

（4）要增强自控能力，上网场所要择优，上网时间要适宜。对网络“虚拟社会”不要过分沉溺，尤其是对“网恋”“网络同居”“网婚”等两性互动活动，千万不要过分痴迷而深陷其中。对网上的不良信息或非法信息，要提高识别能力，认清本质，坚决进行抵制。

（5）要加强自我保护，防止遭受非法侵害。对网友的盛情邀请，要保持警觉，尽量回避，以免上当。

（6）如果无意中单击到黄赌类网站的链接，首先是迅速下线；其次将 IE 地址删除，否则这些网站下次可能会自动弹出。

（7）遇到网络不良信息自己无力救助时，还可以寻求帮助：向网络警察求救。向网络管理人员求救。

◆ **温馨提示**

网络不良信息的类型

互联网信息良莠不齐，那些不良信息，可能会给人和社会带来不可预期的危害。分析网络的不良信息，其类型如下。

（1）散布政治谣言的不良信息

一些西方国家的敌对势力和国内外有政治偏见的人通过网络散布的没有事实依据的政治生活方面的信息。

（2）煽动民族分裂的不良信息

国内外极端民族主义者和少数民族分裂主义者通过互联网散布的以引起国内民族纠纷、伤害民族感情为目的的信息。

（3）传播邪教思想与封建迷信思想的不良信息

这类信息分为两部分。一部分是非法邪教组织通过互联网上自己的网站传播邪教思想的信息；一部分是一些网站散播的封建迷信思想。

（4）渲染暴力、毒品等内容的不良信息

这些信息宣扬暴力，肯定侵犯他人人身自由、尊严、财产等权利的暴力行为，宣扬“英雄主义”，鼓吹“强盗逻辑”。

（5）宣传色情内容的不良信息

由于网络信息传播的便利性、隐蔽性，互联网上充斥着各种各样的“黄色垃圾”。这些色情信息包括三部分，一是以营利为目的的色情传播机构设立的网站通过网络公开发布的各种色情信息，包括文字、图片以及视频点播；二是一些心理不健康者建立的BBS论坛、聊天室等散布和交流的各种色情信息；三是一些不法分子通过E-mail向他人散布的含有色情内容的信息。

● **安全思考**

（1）大数据时代如何做到个人信息安全储存？

（2）在公共计算机上如何做到个人信息安全保护？

（3）怎样做到杜绝网络不良信息？

7.2　网络犯罪预防及应对

网络的迅速发展，在为人类社会提供高质量生活的同时，也带来了网络犯罪的问题。近年来，以计算机网络为载体的大学生犯罪案件日益增多，并成为当前大学生犯罪新的增长趋向。大学生网络犯罪对自身的身心健康和学业发展都会产生不良的影响，甚至导致严重的社会后果和法律后果。

● 身边案例

“熊猫烧香”肆虐网络，“计算机天才”玩火自焚

“熊猫烧香”病毒是继 CIH 之后危害中国最严重的病毒，国内数家权威病毒监测机构将其列为十大病毒之首。据有关专家介绍，它是一种用 Delphi 工具编写的蠕虫病毒，用户被感染之后，可执行文件的文件图标全部被改成“一只熊猫手捧三支香”的新图标，“熊猫烧香”因此得名。这一病毒能中止大量的反病毒软件和防火墙软件进程，并可以通过网页浏览、局域网共享及 U 盘等多种途径快速传播，受感染的计算机会出现蓝屏、频繁重启以及系统硬盘中数据文件被破坏乃至被删除等现象。

“熊猫烧香”病毒自 2006 年 12 月初开始爆发，到 2007 年 1 月中旬，据初步统计，其病毒变种数已有 90 多个，国内多家门户网站被植入这种病毒，个人用户感染者已高达几百万，引起互联网上一片恐慌。

2007 年 1 月 24 日，湖北省仙桃市公安局对“熊猫烧香”案正式立案调查。1 月 31 日，公安部抽调精干技术力量指导办案。2 月 3 日，仙桃市警方在武汉市抓获病毒制造者李俊。此后 10 天内，王磊、张顺、叶培新、王哲、雷磊 5 名涉嫌贩卖传播病毒的骨干分子已被全部缉拿归案。

1. 大学生网络犯罪的原因分析

（1）大学生自身原因。大学生的年龄较低，精力旺盛，具有强烈的好奇心和表现欲，喜欢冒险、探究、模仿。同时，他们接受新事物能力极强，头脑灵活具有很强的创新性。但是他们的心理发育不成熟，识别能力差，缺乏明辨是非的能力，容易受到欺骗和诱惑，且目光较短，往往因为一些小的诱惑就利用自己所掌握的技术进行犯罪。另外，大学生的法律意识较为淡薄，触犯刑律后还认为仅仅是好玩，意识不到对于社会产生的危害性，甚至被捕后还觉得是一件小事，过两天就可以回学校继续上课。

此外，大学生往往存在逆反心理，大学生生理机能已经基本发育成熟，心理上要求独立的意识大大增强，容易出现认识上的片面、偏激、固执和极端化。这个时期他们极力摆脱各方束缚，特别反感各种规章制度，有时候明知是错误的事情，却仍然一意孤行。

（2）社会原因。由于社会上的各种腐朽思想的不良导向，使大学生产生贪利心理，形成不良的世界观、人生观、价值观，而网络犯罪的平均利益大大高出传统作案的平均得利，使得大学生更容易从事网络犯罪。

（3）网络监管及立法方面不足。随着计算机的普及和高校网络的发展，大学生的上网环境越来越优雅，高校的教学机房和寝室都可以接入互联网，根据调查显示，70% 的网络犯罪案件都与网络管理部门疏于安全管理有关，对于网络存在着只会使用不会防护的状态，网络安全漏洞普遍存在。

（4）网络原因。网络犯罪之所以产生和愈演愈烈，除了学生个人的主观原因以及

社会上的客观原因外，还有一个重要原因就是网络本身的安全新问题。网络自身存在的漏洞和缺陷，为网络犯罪提供了可乘之机，很多大学生网络犯罪就是充分利用了操作系统和浏览器等技术上的漏洞对信息网络进行破坏活动。

◆ **温馨提示**

大学生网络犯罪的主要表现形式

近年来，大学生网络犯罪数量逐渐上升，根据大学生网络犯罪的现状可以归纳出大学生网络犯罪主要有以下几种表现形式。

（1）利用计算机网络进行网上欺诈交易

网购在人们生活中占据着越来越重要的位置，同时，电子商务业正在大比例地取代传统的买卖双方见面的市场交易方式，在这种虚拟的网上交易中，消费者通常只能借助网络了解商品信息，通过网络进行结算。2012 年 2 月，韩国偶像团体 Super Junior 在中国台湾演出，距离演唱会还有一个多月时，门票就已销售一空。但是在网络拍卖网站上却有账号名为 HELLEOBABY 的网友在拍卖门票，有粉丝毫不怀疑地汇款 3 万元要买 10 张门票，没想到钱汇出后却迟迟收不到门票，最后报警处理，警方查出涉嫌诈骗的网友竟然是一名就读于某技校的女大学生张某。家境富裕的张某坦承，之所以会犯罪是因为太想买名牌，但缺钱用才出此下策。

（2）利用计算机网络进行盗窃等侵害他人财产的犯罪

网络自身并不是无懈可击的，它也存在着各种漏洞和缺陷，大学生利用自己丰富的计算机知识和高超的计算机技术，通过网络非法入侵他人的计算机，获取他人的私人信息，侵害他人财产。如入侵他人金融账号进行盗窃或使用他人账号进行上网或网购等。

（3）利用计算机网络建立淫秽网站，传播淫秽信息

首先，网络上有很多关于淫秽、色情的信息，调查显示，网络中有 47% 的非学术信息与色情有关，每天约有 3 万张色情图片进入互联网。其次，大学生正处于一个情绪易波动的年龄，面对淫秽色情信息的抵抗力较低，容易发生通过自己的技术进行传播淫秽信息，建立色情网站的犯罪行为。

（4）利用互联网散布反动言论，危害国家安全

大学生是一个易于冲动的群体，容易情绪冲动从而被不法分子利用，有可能相信谣言或被腐朽文化逐渐侵蚀，从而利用互联网散布反动言论，增强歧视和仇恨，破坏民族团结，影响社会稳定。

（5）制造网络病毒，造成社会恐慌

大学生法律意识淡薄，往往出于炫耀自己的目的，开发出一些病毒，通过其造成的严重后果以显示自己的能力，而且意识不到自己的行为已经严重危害了社会的安全。

根据大学生网络犯罪的主要表现形式，可以归纳总结出大学生网络犯罪

一般会涉及刑法中的以下罪名：危害国家安全罪、危害公共安全罪、走私罪、破坏金融管理秩序罪、金融诈骗罪、侵犯知识产权罪、扰乱市场秩序罪、扰乱公共秩序罪，组织、强迫、引诱、容留、介绍卖淫罪，强奸罪、抢劫罪以及制作贩卖传播淫秽物品罪。

2. 大学生网络犯罪的预防

针对大学生网络犯罪的原因以及现状，大学生网络犯罪的预防以及对策应该主要针对以下几个方面。

（1）学校教育方面。大学生网络犯罪的高发在很大程度上是因为他们法律意识淡薄，法律精神欠缺、法制观念不强以及学校管理上的过于压制。学校应该立足于学生，切实建立一套科学的引导、管理机制。

（2）社会方面。在学校加强对大学生的法制教育的同时，社会上也应该通过宣传加强对大学生的教育，通过社会法制宣传使大学生耳濡目染，提高他们的法律素养。

（3）个人主观方面。大学生应当增强自己的网络道德意识，通过学习，自觉地树立网络尊重意识、责任意识、自律意识和安全意识，培养自己的健全人格和网络道德。把网络当成学习的工具而不是获取不良信息的途径和实施违法犯罪行为的对象与工具。同时，大学生应该增强自己的辨别能力，通过学习使自己成熟起来，不被网络的不良信息所浸染，自觉抵制诱惑。

（4）加强网络监管。网络是一个信息极其丰富的平台，政府应该加强对网络的监管力度，加强对互联网信息传播的监控，净化网络环境，针对互联网虚拟空间无人管理或管理不严的状态，采取有效措施进行规范，降低大学生在接触网络过程中所受到的负面影响。

（5）完善惩罚制度。相对于网络的迅速发展，我国关于网络的立法还很滞后，虽然至今已经出台了一些关于网络安全，惩治计算机违法犯罪的法律法规，但是整体上讲，我国还没有形成一个健全的网络监管法律体系，对于大学生以及青少年的网络犯罪方面的法律相当缺乏，无法满足当前的社会需要。因此，国家应当加强网络监管的立法进度，同时对已有的相关法律进行完善，尽快制定网络法规。

3. 大学生网络诈骗预防

（1）防范网络诈骗行为

一是事先多搜索。在做交易前，通过百度等搜索引擎查查企业的情况，查同类商品交易的情况，做到事前防范，而不是事后着急。

二是判断联络方式。确认其联络方式，如果犯罪分子只留了手机号码，或者只是400号段的号码，则要特别小心。手机可以查一下其归属地，判断是否与其说的一致。

三是不要贪低价。千万不要过分追求便宜，比市场价格低一半的商品，不是假货就是骗人的幌子。

四是不要轻信认证标识。第三方机构认证的网站，均有认证标识，且该标识会链接到第三方机构网站上专门制作的认证页面，仅有一个标识不能说明其合法性。

五是查网站的工商信息。各地的工商部门已将企业注册信息连网。查不到注册信息的，请不要与之交易。

六是查网站 IP 地址。骗子更多会在境外设置网站，且使用假的身份证办理银行卡或者第三方支付账户，以逃避监管。

七是坚持货到付款，先验货后付款。不要以网站制作的精美程度或者根据是否提供了银行卡号，来决定其真伪，更不要盲目提前付款。

（2）遭遇到网络诈骗的应对方法

一是当地报案。因为网络欺诈涉嫌犯罪，第一步要带齐证据，如聊天记录、付款凭证、商品网页等，到网监公安机关网络警察部门报案，立案后才可以进行下一步侦查和处理。

二是披露经过。网上交易保障中心等专业网站，作为行业组织或第三方机构，不是国家执法机关，没有执法权，仅能起到信息披露的作用，即通过发布你的投诉信息，帮助更多的网友避免上当。投诉信息可以教育消费者，起到事先警示预防的作用，所以在这类网站发布投诉信息对广大网友是有价值的。

三是寻找同案受害者。因为网络欺诈多为小额，且涉及众多执法部门（公安、工商、电信管理局等）和业务机构（银行、第三方支付企业、电信、互联网服务商等），又加之跨地域甚至跨国界，破案成本高，解决难度较大，建议网友通过寻找相同境遇者，采取集体报案的形式，能够引起警方重视，解决成本也低。

◆ 温馨提示

网络诈骗手法揭秘

手法一： 发送电子邮件，以虚假信息引诱用户中圈套。不法分子大量发送欺诈性电子邮件，邮件多以中奖、顾问、对账等内容引诱用户在邮件中填入金融账号和密码，或是以各种紧迫的理由要求收件人登录某网页提交用户名、密码、身份证号、信用卡号等信息，继而盗窃用户资金。

手法二： 建立假冒网站骗取用户账号、密码实施盗窃。不法分子建立起域名和网页内容都与真正的网上银行系统、网上证券交易平台极为相似的网站，引诱受骗者输入账号、密码等信息，进而窃取用户资金。

手法三： 利用虚假的电子商务进行诈骗。不法分子在知名电子商务网站发布虚假信息，以“超低价”“免税”“走私货”“慈善义卖”等名义出售商品，要求受骗者先行支付货款达到诈骗目的。

手法四： 利用“木马”和“黑客”技术窃取用户信息。不法分子在发送的电子邮件中或在网站中隐藏“木马”程序，在感染“木马”计算机上进行网上交易时，“木马”程序即以键盘记录方式获取用户账号和密码。

手法五： 网址诈骗。不法分子设计的诈骗网站网址与正规网站网址极其相似，往往只有一个字母的差异，不仔细辨别很难发现。当用户登录虚假网

站进行资金操作时，其信息将泄露。

手法六：破解用户“弱口令”窃取资金。不法分子利用部分用户贪图方便、在网上银行设置“弱口令”的漏洞，从网上搜寻到银行储蓄卡卡号，进而登录网上银行网站，破解“弱口令”。

手法七：手机短信诈骗。由储存手机号码的计算机控制的手机短信“群发器”大量发出虚假信息，以“中奖”“退税”“投资咨询”等名义诱骗受害者实施汇款、转账等操作。

手法八：低价诱惑。网络交易骗子的商品售价，往往比市场价格低一半还多，并以“海关罚没走私、朋友赠送”等为理由骗取购买人的信任。

手法九：奖品丰富。有些不法网站，利用巨额奖金或奖品诱惑消费者浏览网页,并购买出售的商品。还有的利用赠品或者积分换取奖品来吸引消费者。攒积分的方法有注册网站、浏览网站、发展其他买家等几种，无论何种方式，奖品都是需要花钱购买的。

手法十：虚假广告。有些网站提供的产品说明有夸大其词甚至虚假宣传之嫌，单击进入后，购买到的实物与网上看到的图片不一致，更有一些网上商店把钱骗到手后就关闭网站，然后再开一个新的网上商店故伎重演。格式化合同，买货容易退货难。一些网站的购买合同采取格式化条款，对出售的商品不承担“三包”责任，没有退货、换货说明等。消费者购买了产品出现质量问题无法得到相应的质保，想换货或者维修时为时已晚。

手法十一：线下交易法。为逃避网站的监控，在买家拍下物品后，卖家以更低价格为诱饵，让买家进行线下直接交易，买家在更低价格的诱惑下一般都会接受。

手法十二：拒绝安全支付法。以种种理由拒绝使用网站提供的第三方安全支付工具，比如谎称“账户最近出故障，不能用安全支付收款”或“不使用支付宝，可以再给你算便宜一些”等。

手法十三：收取订金骗钱法。卖家要求先付一定数额的订金或保证金然后才发货就会以种种看似合理的理由，诱使买家追加订金。

手法十四：瞒天过海以逸待劳，买家也骗商家。买家骗子首先和商家联系购物，取得信任。随后说没有注册支付宝，要卖家直接提供银行开户名和账号，同时要求先付 50% 的货款，货到后再付余下的 50%。等卖家将货发出后，骗子就会消失得无影无踪,从而骗你 50% 的货款。或者买家骗子先用支付宝付款，然后提出和卖家见面交易。当卖家在同城交易，将货交给他后，买家立刻申请退款，理由是“没有收到货”，这时候卖家没法向淘宝网提供发货凭证，这样买家骗子得以行骗成功。还有买家骗子先和卖家套近乎，东拉西扯了解你的情况,然后试着破解你的“阿里旺旺”密码。等卖家下线后进入卖家的小铺，更改你的商品宝贝的售价等相关信息，然后再狂买一把，让卖家损失惨重。

手法十五：“狼披羊皮”投机取巧，提升搜索排位。一些假冒网站冒充正

规电子商务网站通过一些搜索引擎的“竞价排名”业务，把自己排在搜索引擎的显著位置，坐等用户上钩。

手法十六：偷梁换柱暗度陈仓，假借网站交易。一些假冒交易网站的域名和正式的网站差别很小，可能仅仅是一个字母的差别。此类假网站利用系统漏洞，在用户单击后先从后台下载一些恶意代码，然后迅速跳转到真网站页面。在用户访问该网站时，迅速跳转到骗子预先设计好的恶意交易网站上。没有仔细看地址栏的人根本察觉不到发生了任何变化，从而导致密码被窃、资金丢失等。

● 安全思考

（1）大学生网络犯罪有哪些原因？

（2）大学生如何预防网络犯罪？

（3）大学生怎样预防网络诈骗？

7.3 网络交易安全

随着互联网的快速发展，网上购物、网上炒股、网上银行、网上营销等网上商务活动日渐兴起，网络可以说已经成为中国老百姓一种较为重要的投资理财工具。但是，在这个虚拟世界的互联网上，既孕育着无限的商机，也潜伏着这样那样的陷阱，而且这些陷阱非常隐蔽，让上网者毫无知觉，防不胜防。

● 身边案例

◆ 2015 年 9 月，青岛市消费者权益保护委员会针对该市在校大学生的网购现状及维权情况进行了专门调查，5000 份调查问卷，覆盖了中国海洋大学、山东科技大学、青岛大学、中国石油大学（华东）、青岛农业大学、青岛理工大学、青岛科技大学 7 所高校，回收有效问卷 4569 份，受调查学生中女生占 57.28%，男生占 42.72%。9 月 8 日，《青岛市大学生网络购物及维权情况调查报告书》出炉，统计数据显示，岛城 99% 的大学生通过网络购物，其中，超过 8 成的大学生有过被“坑”的经历，有 7 成的大学生意识到自己在网购中被侵权，但是，45.7% 的大学生最终放弃维权，选择了沉默。

◆ 2013 年 4 月，四川大学商学院大一学生 A 同学在淘宝上购物后，收到 QQ 消息的加好友提示，便同意将对方加为好友。对方自称是“店家”，声称货物有瑕疵，需核实信息以便退款，A 同学不假思索地配合“店家”。首先收到“验证是否为本人操作”的验证码（其本质是淘宝账号的修改密码验证码），得到验证码后的“店家”首先修改了 A 同学的账号密码（导致 A 同学不能登录淘宝账号），同时掌握了其用户信息，并通过所得到的信息，取得 A 同学的信任。然后 A 同学在“店家”的频频引诱下输入了银行账号，并在支付宝

的备注里输入了银行密码，当“店家”询问其卡上余额时，A 同学感到纳闷，但仍未怀疑。当收到银行的验证信息“尾号为 ××× 的卡将支出 ××× 元”时，A 同学略有迟疑，在反问对方未成功和压力式“逼问”下，A 同学一烦躁便将验证码脱口而出。最后,A 同学银行卡被扣除 800 元,仅剩 20 多元零头。同月，商学院另外一名大一学生在淘宝购物后，也被不法分子利用类似的手段骗走 900 多元。通过和其他学院辅导员的交流，了解到同期其他学院大一新生中也有部分同学成为网络诈骗的受骗者。

1. 网上购物注意事项

随着电子商务的发展，越来越多的人开始接触网上购物，但网上购物的安全一直是很多人担心的焦点。下面列出了 9 项网上购物需要注意的安全事项。

（1）连接要安全。在提交任何私人信息，尤其是信用卡号前，一定要确认数据已经加密，并且是通过安全连接传输的。

（2）保护好密码。不要使用容易被破解的信息作为密码，如生日、电话号码等。密码最好是一串比较独特的组合，至少包含 5 个数字、字母或其他符号。

（3）保护自己的隐私。花几分钟阅读一下电子商务公司的隐私保护条款，这些条款中应该会对他们收集哪些信息和这些信息将被如何使用做详细说明。尽量少暴露你的私人信息，填在线表格时要格外小心，不是必填的信息就不要主动提供。

（4）使用安全的支付方法。使用信用卡和借记卡在线购物不但方便，而且很安全，因为通过它们进行的交易都受有关法律的保护，可以对提款提出质疑，并在质疑得到解决前拒绝付账。

（5）检查证书和标志。

（6）检查销售条款。在线零售商都会出示有关的销售条款，包括商品质量保证、责任限度，以及有关退货和退款的规定等。有些站点要求客户在购物前必须点选“同意这些协议”，有些站点则把这些条款放在一个链接后面。

（7）税款和运费。仔细阅读运送和处理等费用的有关说明，不同的送货方式费用差别可能会很大。找一些提供低成本配送方式的公司，或在订购量大时可以免费送货的站点。

（8）再检查一遍订单。在发送购物订单之前，再慎重地检查一遍。

（9）提出控诉。如果你在网上购物过程中碰到了问题，应该立即通知这家商务公司。在他们的站点上找到免费服务的电话号码、邮件地址或指向客户服务的链接。如果该公司自己不解决有关的问题，就应该与其主管部门联系。

◆ **温馨提示**

网络购物七大陷阱

为了引导网购消费者健康消费，日前在国家工商行政管理总局消费者权

益保护局、中国消费者协会指导下，中国电子商务研究中心发布了《2016年中国消费者网络消费洞察报告与网购指南》，揭秘了目前网购过程中容易出现的多个陷阱。

（1）刷单暗箭难防，实乃价格虚高

当下，通过低价促销廉价产品提高销量，然后再将同一货架上的商品，换成价值更高的产品混淆视听，这种新型刷单方式，让单纯的网购消费者纷纷落马。

（2）莫被优惠“闪瞎眼”，订金易下不易退

“双11”购物最应该留神的是——千万别被“5折”“爆款”等优惠“闪瞎眼”，购买前一定要细读购买条约。经查询各大电商平台发现，不少产品推出抢购大战，订金更成为必须支付的款项。虽然订金最后都可以抵扣部分价钱，但要注意的是，如果抢购失败，或者预期不结尾款，订金不能退。

（3）商品标价看似低，要想享受有条件

商家为了吸引消费者，将商品的价格标得很低，但是当消费者拍下时，变成低价是有附加条件才能享有的。

（4）商家赠品看清楚，出了问题难解决

当网购消费者购买价值较高的商品时，商家会附赠一些实用性比较强的赠品，但是当附赠品出现质量等问题，要求售后维修或退换时，商家却对其置若罔闻。

（5）小心“李鬼客服”，切勿踏入陷阱

更令人担忧的是，网购骗术也在不断升级。“假客服”是近来频频出现的网购陷阱，他们通过私人手机号码或短信形式告知网购消费者订单异常，吸引网购消费者入“阱”。

（6）各种炫富，全是套路

朋友圈上各种晒订单、晒转账截图，满屏买家好评截图。那些“风靡”在朋友圈的保健品、化妆品、减肥产品似乎都很受欢迎，其实全都是套路。转账记录、聊天记录、买家好评都由软件自动生成，切勿当真。

（7）“码”里下“毒”，刷走你的钱

含有“钓鱼网站”的二维码，用户根本无法判断，而且，看似复杂的二维码，制作起来几乎是“无门槛”。“钓鱼网站”制作的二维码成为新型网购陷阱，“有毒”的二维码轻轻松松就能将网购消费者卡里的钱刷走。

2. 网上交易注意事项

网上电子金融（网上银行、网上证券）、电子商务用户在进行网上交易时要注意做到以下几点。

（1）一定要核对网址，看是否与真的网址一致，建议直接在浏览器上输入银行网址，而不是单击搜索引擎的搜索结果或其他不明网站和不明邮件中的链接。

（2）要选妥和保管好密码，不要选诸如身份证号码、出生日期、电话号码等作为密码，建议用字母、数字混合密码，尽量避免在不同系统使用同一密码。如果已经不小心向不明人员或网站提供网上银行密码，要立即登录网上银行修改密码，或到柜面进行密码重置。并且选择不容易猜测的密码，以免被“有心人”猜中。还可以通过将网上银行登录密码和用以对外转账的支付密码设置为不同的密码，多重验证以保证资金安全。

（3）要做好交易记录。对网上银行、网上证券等平台办理的转账和支付等业务做好记录，定期查看“历史交易明细”和打印业务对账单，如发现异常交易或差错，立即与有关单位联系。

（4）要保管好个人数字证书，避免在公共计算机上使用网上交易系统。

（5）要对异常动态提高警惕，如不小心在陌生的网址上输入了账户和密码，并遇到类似“系统维护”之类提示时，应立即拨打有关客服热线进行确认，万一资料被盗，应立即修改相关交易密码或进行银行卡、证券交易卡挂失。

3. 针对虚假电子商务信息的对策

应掌握以下诈骗信息特点，不要上当。

（1）虚假购物、拍卖网站看上去都比较“正规”，有公司名称、地址、联系电话、联系人、电子邮箱等，有的还留有互联网信息服务备案编号和信用资质等。

（2）交易方式单一，消费者只能通过银行汇款的方式购买，且收款人均为个人，而非公司，订货方法一律采用先付款后发货的方式。

（3）骗取消费者款项的手法如出一辙，当消费者汇出第一笔款后，骗子会来电以各种理由要求汇款人再汇余款、风险金、押金或税款之类的费用，否则不会发货，也不退款，一些消费者迫于第一笔款已汇出，抱着侥幸心理继续再汇。

（4）在进行网络交易前，要对交易网站和交易对方的资质进行全面了解。

（5）一定要查看电子商务网站是否已经部署了 SSL 证书，就是浏览器下方是否有安全锁，否则在线输入的机密信息极有可能、也非常容易被非法窃获。

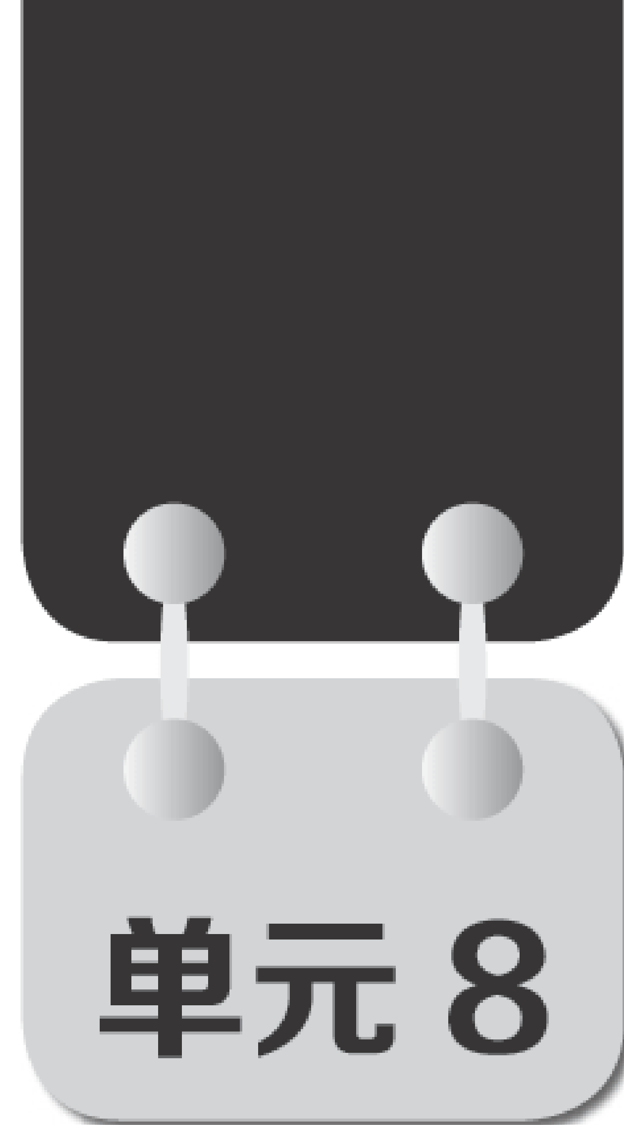
（6）验证预留信息。“验证预留信息”是有些银行为帮助客户有效识别银行网站、防范不法分子利用假银行网站进行网上诈骗的一项服务。使用时可以在银行预先记录一段文字即“预留信息”，登录个人网上银行、在购物网站上进行支付或在线签订委托缴费协议时，网页上会自动显示预留信息，以便验证是否为真实的银行网站。如果网页上没有显示验证预留信息或显示的信息与客户的预留信息不符，应立即停止交易。

● 安全思考

（1）大学生网上购物应注意哪些事项？

（2）大学生进行网上交易转账应注意什么？

（3）大学生如何应对虚假电子商务信息？



就业创业安全

近年来，各级政府一直高度重视高校毕业生就业工作，相继出台了一系列大学生就业保障政策和措施，有力地推进了大学生就业工作。但由于目前我国的就业市场不太完善，大学生就业经验不足，不熟悉行业运行规则，缺乏必要的职业素养，在顶岗实习、社会兼职、求职就业、创新创业等环节都产生了很多安全隐患，因此，深入了解有关政策和法律法规，选择科学方法规避就业创业风险，构建就业创业安全防范体系，维护自身在兼职、就业、创业中的权益就显得十分紧迫。



8.1 顶岗实习安全

在大学生目前就业形势严峻的情况下，多数高校重视学生技能训练，以工学结合、产学结合为主的顶岗实习训练则是必不可少的。那么，顶岗实习中应该注意什么问题呢?

● 身边案例

◆马小宝（化名）于2010年12月26日被某高职学院录取为机电应用专业学生，学制为三年，前两年为在校文化、专业、基础理论学习，第三年按国家规定离校顶岗实习，毕业证待发。2013年2月，马小宝经学校介绍到唐山市某电建安装公司实习。2013年5月，他自行到唐山市丰南区某厂实习。2013年7月20日17时许，马小宝在该厂工作中受伤。2013年10月10日，马小宝申请劳动仲裁，要求确认其与某厂存在劳动关系。2013年11月25日，唐山市丰南区劳动人事争议调解仲裁委员会裁决：双方存在劳动关系。该厂不服裁决，2013年12月6日向唐山市丰南区人民法院提起诉讼，要求确认双方不存在劳动关系。一审法院做出（2014）丰民初字第275号民事判决书：双方不存在劳动关系。马小宝不服，向唐山市中级人民法院提起上诉，请求依法改判双方存在劳动关系。唐山市中级人民法院做出（2014）唐民一终字第670号民事判决书：一、撤销一审判决。二、马小宝与某厂之间存在事实劳动关系。

◆李志（化名）系河北省某职业学院（以下简称学院）数控1102班的学生，2012年12月4日，由学院安排其到衡水市某橡胶公司（以下简称实习公司）进行企业实践顶岗实习，学院与实习公司之间签订了企业实践顶岗实习协议。2012年12月21日，李志和其同班实习学生李阳、杨林、何盈一起操作自动冲压线上的一台送料设备时，发生安全生产事故，李志的右手被卷入设备压伤，导致皮裂伤、小指毁损伤、食指托套伤，经鉴定李志为七级伤残。李志因受伤住院两次，共201天，花费医疗费、鉴定费76178.3元，其中，学院垫付60000元，实习公司垫付23445.9元。李志认为，学院和实习公司在自己实习期间没有尽到安全指导、监管和安全保障义务，导致此次安全事故发生，故诉至法院请求判令二者赔付残疾赔偿金、精神损害抚慰金、住院伙食补助费、营养费、交通费、护理费、假肢费等共计355174元（此数额不包括医疗费、鉴定费76178.3元）。一审邢台市桥西区人民法院认为，公民的生命权、健康权、身体权应受法律保护。李志由其学校安排到实习公司进行企业实践顶岗实习，在实习期间李志发生安全生产事故，造成其受伤。对此次事故的发生，李志未按师傅示范的动作送料，存在主观过错，应承担30%的过错责任。二被告未尽到实习监管义务，应承担70%的赔偿责任。

1. 顶岗实习安全预防与对策

顶岗实习期间，学校、用人单位和教师等相关负责人员在做好防范、各司其职的同时，大学生应提高安全意识，严格遵守国家的相关规定和实习单位的规定，保证实习期间的各项安全工作。

（1）学习规章，签订协议。认真学习教育部等五部门印发的《职业学校学生实习管理规定》，增强自己的安全意识，以保证自己的生命、财产安全和身心健康。及时签订顶岗实习协议，保障自己的权利。

◆ **温馨提示**

《职业学校学生实习管理规定》摘录

第十一条 职业学校应当会同实习单位制定学生实习工作具体管理办法和安全管理规定、实习学生安全及突发事件应急预案等制度性文件。职业学校应对实习工作和学生实习过程进行监管。鼓励有条件的职业学校充分运用现代信息技术，构建实习信息化管理平台，与实习单位共同加强实习过程管理。

第十二条 学生参加跟岗实习、顶岗实习前，职业学校、实习单位、学生三方应签订实习协议。协议文本由当事方各执一份。未按规定签订实习协议的，不得安排学生实习。

第十三条 实习协议应明确各方的责任、权利和义务，协议约定的内容不得违反相关法律法规。实习协议应包括但不限于以下内容：各方基本信息；实习的时间、地点、内容、要求与条件保障；实习期间的食宿和休假安排；实习期间劳动保护和劳动安全、卫生、职业病危害防护条件；责任保险与伤亡事故处理办法，对不属于保险赔付范围或者超出保险赔付额度部分的约定责任；实习考核方式；违约责任；其他事项；实习报酬及支付方式。

第三十二条 职业学校和实习单位要确立安全第一的原则，严格执行国家及地方安全生产和职业卫生有关规定。职业学校主管部门应会同相关部门加强实习安全监督检查。

第三十三条 实习单位应当健全本单位生产安全责任制，执行相关安全生产标准，健全安全生产规章制度和操作规程，制定生产安全事故应急救援预案，配备必要的安全保障器材和劳动防护用品，加强对实习学生的安全生产教育培训和管理，保障学生实习期间的人身安全和健康。

第三十四条 实习单位应当会同职业学校对实习学生进行安全防护知识、岗位操作规程教育和培训并进行考核。未经教育培训和未通过考核的学生不得参加实习。

第三十五条 推动建立学生实习强制保险制度。职业学校和实习单位应根据国家有关规定，为实习学生投保实习责任保险。责任保险范围应覆盖实

习活动的全过程，包括学生实习期间遭受意外事故及由于被保险人疏忽或过失导致的学生人身伤亡，被保险人依法应承担的责任，以及相关法律费用等。学生实习责任保险的经费可从职业学校学费中列支；免除学费的可从免学费补助资金中列支，不得向学生另行收取或从学生实习报酬中抵扣。职业学校与实习单位达成协议由实习单位支付投保经费的，实习单位支付的学生实习责任保险费可从实习单位成本（费用）中列支。

第三十六条 学生在实习期间受到人身伤害，属于实习责任保险赔付范围的，由承保保险公司按保险合同赔付标准进行赔付。不属于保险赔付范围或者超出保险赔付额度的部分，由实习单位、职业学校及学生按照实习协议约定承担责任。职业学校和实习单位应当妥善做好救治与善后工作。

（2）建立制度，加强保护。获得劳动保护是每个人都拥有的权利，大学生有权要求改善劳动条件和加强劳动保护，保障自己在生产劳动过程中的安全健康。要求用人单位建立健全劳动安全制度，严格遵守和执行国家的劳动安全标准与规程，为大学生提供符合国家规定的劳动安全条件和必要的劳动防护用品，并采取各种有效措施预防或减少职业危害。

（3）听从指挥，服从安排。在一般情况下，大学生要遵守和服从学校、实习单位的组织与安排。遇到特殊情况要先与相关部门协调，未经允许不得擅自离开实习岗位和场地，不得擅自调换工种和设备。

（4）熟悉规范，严格遵守。大学生要尽快熟悉所从事职业岗位的工作特点，严格遵守各种劳动安全操作规程，积极向专家、管理人员或老同志请教学习劳动安全基本常识，努力提高专业工作技能，从根本上杜绝劳动安全事故的发生。

（5）规范操作，积极请教。大学生在工作期间，要严格按照实习单位制定的操作规范进行正确操作。如果遇到不熟悉和没有把握的情况要积极请教；遇到突发情况，更要谨慎，及时和实习指导教师确认后再进行操作。

（6）及时处理，正当维权。对于顶岗实习的大学生来说，最容易出现的是在劳动薪资、劳动质量等方面的劳动争议。出现争议首先要与厂家协商解决。产生劳动纠纷后，大学生也可以通过学校向政府劳动争议仲裁机关或职能部门依法申请调解、仲裁或提起诉讼，或者协商解决，从而有效维护自己的合法权益。

（7）发生事故，及时求救。顶岗实习期间，如果发生盗窃、诈骗、工伤、交通等事故，要及时与指导教师联系，并拨打 110、120 等电话，及时求救。

2. 实习职场环境安全

实习环境的安全往往被人们忽视，大学生要了解环境安全类型，注意辨别。在日常实习生活中，要多留意实习环境，一旦发生反常情况，应当立即远离现场，并及时向相关部门和人员反映。

◆ **温馨提示**

常见的实习环境安全问题

（1）防护、保险、信号等装置缺乏或有缺陷

一是无防护。无防护罩、无安全保险装置、无报警装置、无安全标志、无护栏或护栏损坏、电气设备未接地或绝缘不良、无消音系统等。二是防护不当。防护罩未在适当位置、防护装置调整不当、防爆装置不当等。

（2）设备、设施、工具、附件有缺陷

一是设计不当，结构不符合安全要求；二是设备在非正常状态下运行；三是维修、调整不良、设备失修、地面不平、保养不当、设备失灵等。

（3）个人防护用品用具缺乏或有缺陷

防护服、手套、面罩、护目镜、听力护具、安全带、安全帽、安全鞋等缺少或有缺陷。

（4）生产（施工）场地环境不良

如照明光线不良、通风不良、作业场所狭窄、交通线路的配置不安全、地面滑、储存方法不安全等。

3. 顶岗实习生活安全

大学生实习期间大多在外租房居住，由于校外居住环境复杂，生活饮食条件较差，因此要注意加强安全预防。

（1）注意居住安全。住宿地点应尽量选择正规实习单位专门提供的宿舍；如自行解决应选择正规房源、治安环境好的地方。及时检查宿舍安全设施，杜绝安全隐患；居住期间保持良好的生活习惯，如安全用电、外出随身携带贵重物品、随手关门窗等。

（2）注意防盗窃。顶岗实习往返学校与实习地点之间，路途上要注意保管好自己的钱物，贵重物品一定要随身携带，不要随意放弃；要注意观察周围人员情况，不要长时间睡觉；同学之间要相互照应，轮流看管行李物品。在实习单位平时要注意钱物保管，身上不要携带大量现金，最好及时存入附近银行，办理银行卡，便于携带保管。

（3）注意防抢劫。顶岗实习期间，一般不要单独外出，确需外出办事，最好三个以上同学一起；外出办事尽量走人员较多的道路，不要到人员稀少、背街小巷去，以免被劫。

（4）注意防诈骗。当今社会，犯罪分子通常采用欺骗和敲诈勒索的手法作案。不要被他人虚假的言行所迷惑，信以为真，受骗上当。

（5）注意避免交通事故。在顶岗实习期间，只身在外，学校和教师无法顾及，同学要严防各种危及安全的事件发生。

另外，还要注意饮食安全、交友安全等。

● **安全思考**

（1）大学生顶岗实习应怎样做好安全预防及应对策略？

（2）大学生顶岗实习期间怎样应对职场环境安全问题？

（3）大学生顶岗实习期间怎样应对生活安全问题？

8.2 社会兼职安全

社会兼职已经成为在校大学生的一种生活方式。利用课余时间进行兼职，一方面可以增加收入，减轻家庭负担；另一方面可以增长见识，积累工作经验，提高工作能力，为自己将来就业创业增添砝码。但是，由于大学生的社会经验不足、防范意识不强，在兼职过程中，上当受骗情况屡屡发生。这不仅使大学生遭受了财产损失，有时甚至威胁到大学生的人身安全。

● **身边案例**

2017 年暑假，《大河报》记者走访时发现，暑期过半，不少大学生在暑期兼职的路上遭遇陷阱重重：黑中介、假公司，稍不谨慎就踩入雷区。

◆交了押金，发现公司人去楼空。安阳市女孩张小倩是天津市某大学的一名大二学生。这个暑假她没回老家，而是选择在天津市找一份暑期兼职工作挣些生活费，没想遭遇了骗子公司。小倩告诉记者，她和同学看到路边张贴的某公司暑假招工广告，称教授刻字工艺，学会即可接活，轻松日挣百元。刚一放假，她和同学便相邀来到了位于天津市南开区的该公司，应聘暑假工。在一栋写字楼上，小倩找到了该公司的办公室。一位工作人员接待了她们，并介绍称，学习刻字工艺需要先交 600 元押金，学习后即可接活，每完成一项刻字工作就能获得 50 元的酬劳。“当时也没多想，看着公司挺大的，里面也有不少人。而且说押金可以退还，所以，就把钱交了。”小倩说。据小倩介绍，交了钱，公司还让她们签了合同书，然后就让她们回到学校准备，3 天后准时到公司参加培训。3 天过去了，小倩和同学如约来到该公司报到，准备学习刻字技术，可是到了原先的办公室一看，已经是大门紧闭，人去楼空。小倩赶紧拨打了“培训教师”的电话，然而并没有接通。小倩这才知道自己被骗了，无奈之下只好选择报警。“想着挣生活费，没想到这个月的饭钱也被骗走了。”

◆黑中介“带入坑”，说好的工资少一千。“本来中介公司说好的一个月 3500 元，结果到了工厂以后，告诉我们每月工资是 2500 元。”来自河南大学的小冀气愤地对记者抱怨道，说好的工资怎么能说变就变呢。小冀告诉记者，这份工作是在校园附近看到的一份招聘广告上找的。“广告上说工作地点是山东省烟台市 ×× 工厂，待遇非常好，包吃包住，工作时间是一天 8 小时，月工资 3500 元。”小冀说，看到广告，他们还专门电话咨询，确认招聘广告信

息的准确性后才一起报了名。暑假开始，小冀就和同学一起坐火车赶往烟台市的工厂报到。报到第一天，工厂负责人便告诉小冀，每天工作时间为 12 小时，月工资 2500 元，包住不包吃。听到消息，小冀和同学很气愤。工厂负责人表示，他们之前看到的招聘广告并非工厂发出的，工厂也从未承诺过每天 8 小时，月工资 3500 元。小冀意识到，他们是遇到了黑中介，用虚假消息骗了他们。“中介在广告中写的工作情况与实际的工作差距实在太大了，可是，坐了那么远车来到这里，也不能因此就不干了，而且在陌生的城市重新找份可靠的工作也不是件容易的事。”小冀坦言，很无奈，也很委屈，也只好选择接受。

◆网络刷单、文字录入，“套路”重重。来自焦作市的王甜甜（化名）是赣州师范大学的大二学生，暑假回到老家，准备找份兼职打工。“正在找工作呢，一个同学联系我，给我发了 ××（招聘网站）刷单的消息，当时觉得刷单挣钱比较简单，想着试试看。”王甜甜说明了情况后，便被同学要求交 198 元的入会费。“因为是同学嘛，也没想那么多，而且觉得交会费算比较正常吧，没什么不妥的。”王甜甜麻利地交了会费，便被同学推荐到了刷单系统的“总监”处。“总监”很快给了王甜甜一份刷单任务，从中王甜甜赚取了 3 元。紧接着，她又接到了第二单任务，赚取 1 元。“当时想着还挺快，一会儿就挣了 4 元钱，没想到，从那之后，就再也没有单子了。”王甜甜告诉记者，一个月来，“总监”再也没有派过一单任务，心急的王甜甜找到客服咨询。客服表示最近没有任务，如果能拉到新人加入就可以获得相应的酬劳，每拉一个人加入并交纳会费，能得到 110 元的酬金。不愿意骗人的王甜甜放弃了刷单工作，退出了工作群。王甜甜告诉记者：“网络上这种工作不靠谱，我身边有同学做网上发布的小说录入，可是录完以后对方找各种理由，以录入不合格为由拒绝给工资。”

1. 慎重选择工作类型

大学生进行社会兼职时，应当对即将从事的工作进行辨别，选择安全性高的工作类型。

（1）通过同学或朋友介绍。通过同学或朋友介绍的兼职，有去做过的，也有知道兼职信息的，相对来说比较可靠，对于涉世未深的学生们，有效降低了遭遇骗子的概率。

（2）选择知名正规大企业。大学生假期做兼职时最好选择到信誉好的大企业工作，因为一般知名的大企业会统一管理兼职的员工，也会进行相关培训，对求职者也是一种技能的提升，而且会按企业的发工资流程，正常、按时发放工资。

（3）通过知名网站推荐。大学生假期兼职除了通过朋友之间介绍外，更多的会通过网络来寻找，毕竟这是最快、最方便、最有效的方式，当然这样的网站非常多，信息量也很大，建议通过知名网站寻找工作，这样更有保证。

（4）谨慎对待校园张贴的招聘广告。大学校园，基本上每天都会充斥着张贴广告。校园张贴的招聘广告往往言过其实，最后只写联系方式和联系地址，其他什么也不说明，用这样的文字去吸引急于找工作的大学生，对于这样的信息大家一定要谨慎对待。

（5）选择适当的兼职。大学生假期找兼职，往往盲目性很大，预期比较高。应该适时选择适合自己的工作，不仅要快乐工作，更要在工作中找到自己的正确位置。

（6）谨慎对待交押金和身份证。大学生们利用假期所做的兼职工作，一般是在各商场、超市、展馆、娱乐场所做促销员、服务员、迎宾员等，如果是在超市、商场做促销，有的商家会要求学生交数额不等的押金或要求学生们把自己的身份证作为抵押。此时，应该慎重对待。

2. 社会兼职安全防范

大学生从事社会兼职，要学会保护自己，提高警惕，防止上当受骗，切实维护自己的合法权益，一般要注意以下几点。

（1）应自觉学习与遵守相关法律、法规，如劳动法、合同法和税法等，学会依法保护自己的合法权益。要遵纪守法，讲诚信，不能做违法的事情；对用工单位的无理要求，应坚决予以抵制。

（2）要通过学校勤工助学服务中心推荐参加，并尽可能到学校有关部门登记，同时学习、掌握有关安全常识。

（3）尽量签订工作协议。签订时，应仔细研究对方提出的要求和协议中的条款，不要匆忙允诺或签字，防止上当受骗。

（4）兼职工作的来回路上要注意遵守交通规则，避免发生交通事故。

（5）要注意文明礼仪、自我保护；不要随意动用雇主家的物品，不要住在雇主家里，避免发生意外事情。

（6）识破虚假广告真面目，以防上当受骗。“高薪诚聘”是小广告中的诈骗“典范”，其主要手段是以收取押金为名进行诈骗。同学们不要因为高薪诱惑而轻信广告宣传，以免上当受骗。

（7）如果利用晚上时间到校外从事大学生社会兼职，在第一次正式工作前，一定要熟悉周边环境，走夜路时尽量走有路灯的大道，要注意交通安全。遇到恶劣天气最好乘坐公共汽车。北方冬季路上还有冰雪，更要小心。

（8）利用寒暑假社会兼职，在校外租房的同学，一定要签订房屋租赁书或协议书，内容越详细越好。

（9）有一部分男生在假期从事以体力劳动为主的勤工俭学工作，如到建筑工地做小工等重体力劳动，要注意人身安全，千万不能疏忽大意。

（10）如果发生劳资纠纷，首先要与厂家协商解决。如果协商意见不一致，也可以向政府劳动争议仲裁机关或职能部门依法申请调解、仲裁或提起诉讼，从而有效维护自己的合法权益。如果发生盗窃、诈骗、工伤、交通、中毒等意外情况，要及时向学校、公安部门、卫生防疫部门、劳资管理部门报告，寻求帮助。

◆ **温馨提示**

怎样识破社会兼职的八大骗局

（1）提防黑中介骗取中介费

许多非法中介看准了在校大学生缺少社会经验，同时又挣钱心切的心理，在收了高额中介费后却不履行合同，不能够及时为大学生找到合适的工作，或者给你找一家招聘公司，然后该公司又以种种名义推脱；更有甚者，打一枪换一个地方，交钱后连人都找不到了。

防范方法：大学生找工作进门先看该职介中心是否有《职业介绍许可证》和工商部门颁发的营业执照。正规中介机构除具有中介许可证外，一般会将营业执照悬挂在大厅较显眼的位置。

（2）拒交各种押金、保证金

一些用人单位会要求大学生支付押金，承诺交了押金后就可以上班，但之后又以人员已满等各种借口要求大学生等消息，而且拒绝返还押金，最后就没有音信了。有的单位收取保证金，称以此"保证"学生按要求上班，并答应在打工结束后退还。可是到结算工资的时候，却不履行承诺。

防范方法：任何招聘单位以任何名义向求职者收取押金、风险金、报名费等行为，都属非法行为。招聘单位培训本单位的职工也不准收取培训费。求职者遇到此类情况要坚持拒交并举报，以确保自己的合法权益不受侵害。坚决不押任何证件。

（3）远离传销，误入当止

传销公司一般先安排学生以销售人员的名义上岗工作，然后公司让学生缴纳一定的提货款，再让学生去哄骗他人。有的大学生在高回扣的诱饵下，甚至去欺骗自己的同学、朋友。上当之后又往往骑虎难下，最终只得自己白搭上一笔钱。

防范方法：了解传销特征。传销通常具有以下特征中的一个或几个：在"入会"时告诉你的职责之一是发展更多的人；缴纳昂贵的会费；在工作场所很多人情绪激昂。如果识别出传销，大学生应立即停止打工，及时报警。

（4）不要轻信到外地上岗

对非法中介或私招滥雇者为外地企业或总公司某某外地分公司、分厂的高薪招聘，不论其待遇多么好，求职者千万要保持清醒的头脑和高度的警惕，不要轻信他们的口头许诺。

防范方法：一是不去；二是到劳动保障部门咨询，并办理相关的手续，否则易被骗工、骗钱甚至被人贩子骗卖。

（5）签订书面协议要慎重

有些单位以种种借口拒绝与学生签订书面协议书，结果打工结束后，因没有书面协议，劳务费无处可讨。有的单位在协议里为自己规定的权利很多，

而给大学生的权利很少，这样的协议要谨慎对待。

防范方法：大学生打工一定要与用人单位签订权责明确的书面协议书。

（6）去娱乐场所打工要小心

一般来说，这类行业大都以高薪来吸引求职者。工种有代客泊车、导游、陪练等。青年学生到这种场所打工往往容易上当受骗。

防范方法：学生在应聘前要清楚应聘岗位从事的工作内容和性质，不要被眼前的高薪所迷惑。

（7）干家教谨防骗色

一些不法分子以高薪聘请家教、秘书等名义把目光瞄上涉世不深、找工作心切的大学生。一不小心落入陷阱后，容易危及人身安全。

防范方法：增强分辨能力和防范意识、法律意识，不要贪小便宜。外出时要结伴，坐车要记车牌号。经常与家人、朋友、同学保持联系，准确告知家教或工作地点。

（8）防范扣取高额培训费

这类骗子在面试学生后，通常要求参加公司的上岗培训，并要交培训费，有的进行一些培训，发培训资料、光盘等，但这些资料与考试内容无任何关系。有的甚至根本不培训，收钱后做个样子。

防范方法：招聘单位培训本单位的职工也不准收取培训费。正规企业有岗前培训，都是免费或者带薪的，劳动合同法对于企业培训、培训费及服务期也有具体规定。

● 安全思考

（1）大学生进行社会兼职如何正确选择安全工作？

（2）大学生进行社会兼职如何做到安全防范？

8.3　就业创业中的安全防范

随着高等教育大众化，高校毕业生人数急剧增加，大学生就业压力加大。特别是2008年爆发的世界金融危机对我国经济和大学生就业造成了巨大冲击，高校毕业生的就业形势日益严峻，就业问题已经成为最重要、最紧迫、最现实的民生问题。正是这种严峻形势，造成了大学生就业选择缺乏安全性，许多大学生在求职中被骗，不仅使大学生的权益得不到保障，还使他们的心理严重受挫，甚至威胁到生命财产安全。

● 身边案例

◆ 2012年，山东省德州市的李文星以630分的高考成绩考上了东北大学。毕业前夕，李文星曾跟母亲王怡（化名）谈起自己的职业规划：“我将来能拿

到30万元以上年薪。”2016年毕业后不久，李文星找到了第一份工作——在北京一家信息公司开发部门担任开发工程师。但对于这份工作，他并不满意。“他希望能拿到8000元月薪，跟公司谈好的是6000元，但实际到手的钱远没有这些。”妹妹李文月说，哥哥入职第一个月才拿到2000多元。

2017年3月2日，李文星辞职，之后一直在找工作，面试了10余家公司均未被录用。室友胡泽（化名）回忆，没有收入，李文星的手头越来越紧张，最少时只有几百元。5月15日，事情发生“转机”，李文星通过网络招聘平台BOSS直聘发简历给“科蓝公司人事部薛婷婷”，得到回复。4天后，他收到入职聘用书，职务为Java开发工程师，试用期一个月，基本月薪5000元，报到起止时间仅为次日一天。当时，“科蓝公司”在BOSS直聘的账号被冻结，李文星感觉这个工作不靠谱，怀疑是传销。胡泽劝他先不要去，但李文星很坚持，潜台词是，“没有退路了，就算知道不靠谱，也得试一试”。5月19日，李文星赴天津“面试”的前一天晚上，打电话给母亲，“他说第二天就要面试，看看环境好就留下，环境不好就回老家来看我”。母亲没能等到儿子回来。5月20日10时27分，李文星从北京南站出发，前往天津市塘沽区，按列车时刻表，48分钟后到达塘沽区。5月20日当晚，胡泽多次发送信息给李文星，但迟迟没收到回复，直到次日中午他才回了句，“昨天来晚了，在宾馆住的，刚吃了饭，一会儿去公司看看”。5月21日，李文星与母亲通话，称要去石家庄工作，因其一位同学在该公司做主管。“我当时还纳闷，怎么刚去天津又要到石家庄？”李文星解释，天津市的公司环境不好，她也没有疑心。这之后，李文星和外界联系，都是以文字或语音，再也没有视频通过话，但频繁借钱。6月28日10时25分，李文星给母亲发消息称手机丢了，“先别打我电话，等我买了手机再打给你。”当天19时许，在母亲多次发起视频聊天无人应答后，李文星回复称忘记父母号码，让母亲发来。7月8日，李文星又换了号码，嘱咐母亲打170打头的最新号码，并说了句，“谁打电话要钱，你们都不要给。”自此之后，他和家里再无联系，直到7月15日，李文星丧生的噩耗传来。

1. 学习大学生就业优惠政策及法律

为了保证大学生毕业后能顺利就业，国家出台了一系列针对和促进大学生就业的优惠政策。主要包括以下7个方面。

（1）大学生志愿西部服务计划。该项计划从2003年开始实施，按照公开招募、自愿报名、组织选拔、集中派遣的方式，每年招募一定数量的普通高等学校应届毕业生或在读研究生，到西部基层开展为期1~3年的教育、卫生、农技、扶贫等志愿服务。

（2）“三支一扶”计划。“三支一扶”计划是人力资源和社会保障部牵头，中组部、教育部、财政部、农业部、卫生部、扶贫办、共青团中央共同组织开展的高校毕业生到农村基层从事支教、支农、支医和扶贫工作的简称。从2006年开始，每年招募2万

名高校毕业生，主要安排到乡镇从事支教、支农、支医和扶贫工作。服务期限一般为2~3年。招募对象主要为全国普通高校应届毕业生。

（3）选聘高校毕业生到村任职计划。2008年3月，中组部和教育部、财政部、人力资源和社会保障部联合下发《关于选聘高校毕业生到村任职工作的意见（试行）》，在全国范围内选聘高校毕业生到村任职（大学生村官计划），以加强农村基层组织建设，为建设社会主义新农村，实现全面建设小康社会宏伟目标提供组织保证。

（4）农村义务教育阶段学校教师特设岗位计划。由教育部、财政部、原人事部、中央编办在2006年联合启动实施的“特岗计划”，公开招聘高校毕业生到“两基”攻坚县农村义务教育阶段学校任教。

（5）鼓励高校毕业生应征入伍服义务兵役政策。2009年10月26日，国家出台大学毕业生应征入伍服义务兵役优惠政策。高校毕业生应征入伍服义务兵役，除享有优先报名应征、优先体检政审、优先审批定兵及其他优待安置政策外，还享受优先选拔使用、考学升学就业优惠、补偿学费或代偿国家助学贷款等优惠政策。

（6）对困难家庭高校毕业生的就业援助计划。主要包括一是各级机关公务员考录、事业单位招聘时，免收困难家庭高校毕业生的报名费和体检费。二是对离校后未就业回到原籍的高校毕业生，各地公共就业服务机构免费提供政策咨询、职业指导、职业介绍和人事档案托管等服务，并组织他们参加促进就业活动。三是从2013年起，对享受城乡居民最低生活保障家庭的毕业年度内高校毕业生，可给予一次性求职补贴。

（7）鼓励和支持高校毕业生自主创业政策。按照《国务院关于进一步做好新形势下就业创业工作的意见》《国务院办公厅关于深化高等学校创新创业教育改革的实施意见》等文件规定，高校毕业生自主创业优惠政策主要包括：税收优惠、创业担保贷款和贴息支持、免收有关行政事业性收费、享受培训补贴、免费创业服务、取消高校毕业生落户限制，允许高校毕业生在创业地办理落户手续（直辖市按有关规定执行）。

此外，与大学生就业有关的法律、法规、文件有《劳动法》《劳动合同法》《就业促进法》《社会保险费征缴暂行条例》《全国普通高等学校毕业生就业协议书》等。

2. 大学生求职就业安全防范

（1）根据自身情况合理择业，端正求职态度。大学生在求职过程中不能眼高手低，更不能对自身信心不足，过于自卑，应当端正自身态度，正确评估自己，合理择业，不仅能避开求职陷阱，还能找到更适合自己的、令人满意的工作，从而更好地在工作岗位上发挥自身优势。

（2）耐心进行就业准备，戒贪心戒焦躁。面对招聘时认真考虑用人单位提出的条件，深入分析各方面因素，做出正确判断，确保就业安全。不要让“高薪”蒙蔽双眼，不顾工作条件和内容，一切向钱看，被人利用，做出违法行为。也不要因一时找不到合适的职业而焦躁不安，自暴自弃，做出危害自身及他人安全的荒唐行为。

（3）加强法律知识学习，提高维权意识。求职前或求职中应加强对就业有关政策

法律法规的学习，提高自身的法律意识，在必要时维护自己的合法权益。当遇到求职骗局或不合理待遇后，应马上报警或求助于劳动监察部门和劳动仲裁部门及学校的相关部门，利用法律武器维护自身的合法权益。

（4）谨慎抉择，不要轻易签字交费。《劳动合同法》明确规定：用人单位招聘时，不得以担保或其他任何名义，收取求职者任何形式的报名费、培训费、押金等费用。因此求职者应提高警惕，坚决拒交各种费用。根据法律规定，招聘单位录用人员时与劳动者签订的是劳动合同，而不是产品推销协议，因此，毕业生要提高警惕，在签订就业协议时，务必谨慎认真，字字句句推敲，方可签字。签完就业协议后，还要记得签订劳动合同。同时一旦发现上当受骗，求职者应立即向当地劳动监察部门和劳动仲裁部门或公安部门报警，寻求法律保护。

（5）全面了解企业信息，防止虚假招聘。在选择企业时，应仔细鉴别招聘信息及招聘企业的合法性，应尽量通过正规途径来获取信息，尽量选择信誉佳的公司应聘，对于那些不熟悉的或没听说过的企业，应聘前先上网或打电话求证公司信息的真实性，如果可能，可联系在该地工作的学长询问有关情况，以确保信息安全。

（6）加强个人隐私保护。很多毕业生在求职或面试时，不注重个人信息的保护，导致个人信息泄露，合法权益遭遇到侵害。建议毕业生不要将个人的所有联系方式都提供给招聘单位，一般提供手机号码和电子邮箱即可，最好不要提供宿舍或家庭电话。对于互联网上的招聘信息，一定要慎重核实，不要轻易填写过于翔实的个人信息。

◆ **温馨提示**

大学生求职就业八大陷阱

（1）虚假广告陷阱

一些用人单位在招聘会上为了招到条件较好的毕业生，会夸大或隐瞒自己的某些情况。比如，在发布招聘信息时，往往故意扩大用人单位规模和岗位数量,进行虚假宣传；或者把招聘职位写得冠冕堂皇,不是“经理”就是“总监”，但实际上却只是“办事员”“业务员”，根本没有广告上写得那么诱人。

（2）色情陷阱

一些用人单位利用招聘、面试等侵犯学生。有一些招聘广告上称招聘男女公关人员，月薪数千元或上万元，令一些涉世不深的毕业生落入陷阱。所谓“男女公关”实则是从事性服务；所谓“高薪”，实则是从事性服务时客人所给的小费。面对这样的问题或遇到这样的情况，学生一定要提高警惕。

（3）传销陷阱

传销原指生产企业不通过店铺销售，而由传销者将本企业产品直接销售给消费者的经营方式。该经营方式受到国家的严令禁止。现在的传销者首选对象常常是急于挣钱的打工者特别是刚刚毕业的学生，他们通过各种渠道得到欲骗对象的电话后，便打着同乡、同学、亲戚等幌子，以帮忙找工作为由，以高薪为诱饵，因人而异，投其所好，骗求职者去进行非法传销活动。求职

者一旦落入陷阱，便被限制人身自由，被迫从事传销，要么交3000~4000元入门费，要么花3000~4000元购买传销产品作为入门条件。传销者还采取扣留身份证、控制通信工具、监视等手段不让受骗者离开，强迫他们联系亲友前来，或者寄钱寄物从中牟利。

（4）协议陷阱

就业协议是明确毕业生、用人单位在毕业生就业择业过程中权利和义务的书面协议。就业协议一经签订，对双方都具有约束力。按照有关规定，就业协议不能代替劳动合同或聘用合同，这样就可能在毕业生和用人单位之间产生纠纷。常见的毕业生签订就业协议过程中遇到的陷阱又分为以下几种：用人单位不与毕业生签订就业协议书；用人单位不跟应聘者签订劳动合同；用人单位不将承诺写入合同；用人单位与毕业生签订“霸王合同”。

（5）试用期陷阱

试用期就是劳动关系的试验阶段，但绝非是用人单位对劳动者的单方“试用”。我们这里所说的试用期，是指用人单位和劳动者为了相互了解而选择、约定的考查期。一般来说，单位用人有试用期是正常的，试用期的薪水一般都不高，等到转正之后，薪水会有较大幅度提高，可是有的用人单位便通过无休止的“试用”来获得廉价的劳动力。很多公司为了使用廉价劳动力，抓住毕业生急于找工作的心理，堂而皇之地打出试用期的牌子，看起来非常规范，待试用期一过，以种种理由告诉求职者不符合录用条件就将其解聘。这样的公司不断地炒人，毕业生永远不会成为正式员工。

（6）收费陷阱

当前，在就业市场中，一些用人单位利用毕业生求职心切，设立各种名目向毕业生收取各种不合理费用，如保证金、违约金、培训费等。一些用人单位可能规模不大，薪水不高，但是开出了一些诱人的条件。比如，在某大中城市工作，或者能解决这些大中城市的户口问题。希望留在大中城市工作的学生很容易被这样的条件迷惑。双方谈得差不多了，单位又表示，为了增加双方的信任，学生在工作之前必须交押金。等学生交完押金，工作一段时间后，单位的有关人员就表示，聘用之初说定的工作岗位要有些调整，可能把你派到偏僻地区或冷僻部门，而这些地方是学生肯定不愿意去的；单位算准了学生不愿意去，就说学生不服从单位安排，主动毁约放弃这个岗位，这样，学生交的押金自然就收不回来了。

（7）薪酬陷阱

薪酬陷阱是指用人单位在招聘时以优厚的待遇吸引前来求职的毕业生，等到其正式上班时，招聘时的承诺则以种种理由不予兑现；或是针对薪酬中的一些不确定收入，进行虚假或模糊的承诺，最终不能兑现；或者“缩水兑现”。

（8）智力陷阱

有些单位按程序假装对应聘毕业生进行面试，再进行笔试。在面试、笔

试时，把本单位遇到的问题以考查的形式要求前来应聘者作答或设计，待毕业生利用专业优势完成其承担的项目后，再找出各种理由推辞，结果无一人被录用，用人单位却将应聘者的劳动果实据为己有，使毕业生陷入智力陷阱。

3. 大学生创业安全防范

大学生创业除了要有激情、勇气、经验和资金扶持外，更需要理性思考和法律意识，时刻警惕在创业过程中会遇到各种各样的风险。不少大学生在创业过程中，由于缺乏法律意识和足够的法律知识，导致法律纠纷频繁甚至违法犯罪。

（1）熟悉国家有关大学生创业的优惠政策。主要有大学生创业税收优惠、创业担保贷款和贴息、免收有关行政事业性收费、享受培训补贴、免费创业服务、取消高校毕业生落户限制等。

（2）学习有关创业的法律法规知识。第一，创业初始阶段的资金、设备场地以及办公场所等相关法律问题。各地针对高校自主创业的学生，在工商注册、小额担保贷款、税费减免等方面出台的各项优惠政策就尤为重要。第二，创业拓展阶段关于设立经营实体，进行行政审批的相关法律问题。如《个人独资企业法》《公司法》《中外合资经营企业法》《中外合作经营企业法》《企业登记管理条例》《公司登记管理条例》以及消防、卫生等行政审批程序的一些具体规定办理相关手续。第三，创业经营阶段涉及的市场交易及管理的相关法律问题。《合同法》《产品质量法》《劳动法》《票据法》《保险法》《反不正当竞争法》等法律中与创业有关的法律规定。第四，创业经营阶段涉及知识产权的相关法律问题。主要包括《商标法》《著作权法》《专利法》等法律法规。第五，创业过程中纠纷解决的相关法律问题。如《民事诉讼法》《行政诉讼法》《仲裁法》。

（3）创业要谨慎，多方积累经验。一是要选择适合自己的项目。应尽量选择与自己的专业、经验、兴趣、特长能挂上钩的项目。二是要看准所选项目或产品的市场前景。有些产品需求量很大，但成本高、利润低，忙活一阵只赚个吆喝的大有人在。三是要从实际出发，不贪大求全。当你瞄准某个项目时最好适量介入，以较少的投资来了解认识市场，等到自认为有把握时，再大量投入，放手一搏。不要嫌投入太少而利润小。“船小好调头”，即使出现失误，也有挽回的机会。四是要尽量选择潜力较大的项目来发展。选择项目不要人云亦云，尽量挑一些目前最流行、最赚钱的行业。五是要周密考察和科学取舍。对获取的信息要善于分析，没有经过实地考察和对现有用户经营情况进行了解的，千万不要轻易投资。要看信息发布者的公司实力和信誉，最好向当地工商管理等部门了解情况；看项目成熟度，有无设备，服务情况如何，能不能马上生产上市等；看目前此项目的实际实施者在全国有多少，经营情况如何等。六是要做到三个“万万不可”。在项目实施过程中，万万不可先交钱后办事，不要把自己的辛苦钱，仅凭一纸合同或协议，就轻易付给对方；万万不可轻信对方的许诺，在签订合同时就应留一手，

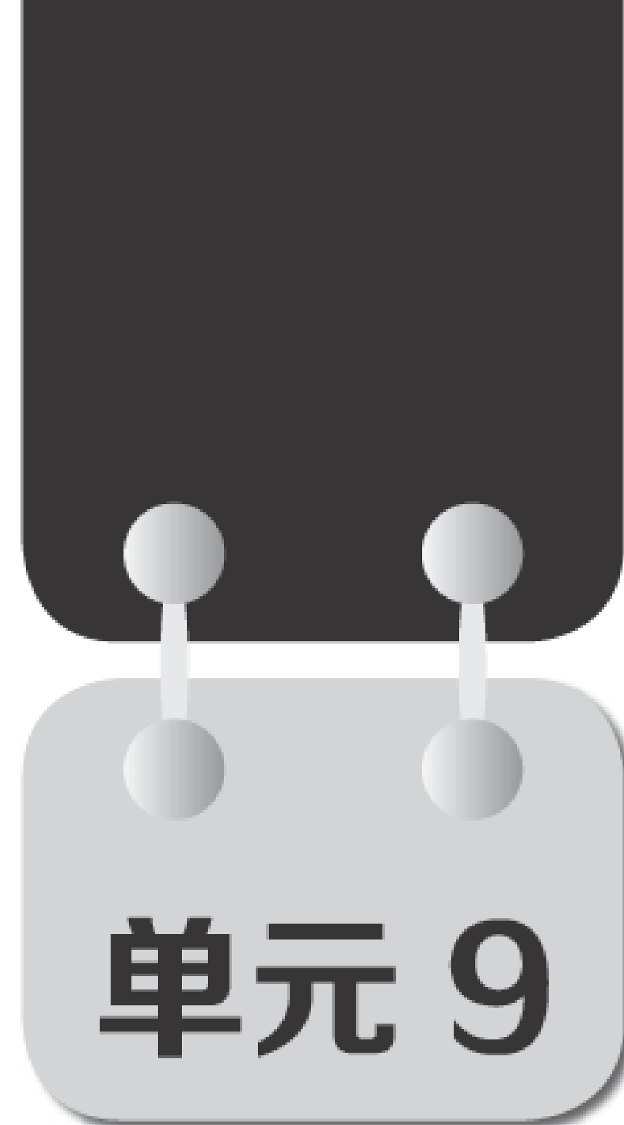
以防止对方有意违约给自己带来损失；万万不可求富心切，专门挑选看上去轻而易举就能赚大钱的项目去干，越具有诱惑力的项目，往往风险也越大。

● 安全思考

（1）目前国家为促进大学生就业有哪些优惠政策？

（2）大学生求职就业过程中怎样进行安全防范？

（3）大学生自主创业时应注意什么？



疾病预防与救护

学校是人员聚集的场所，如教室、宿舍、食堂、礼堂、聚会广场等，如组织管理不当、消毒设施不完善、卫生管理不健全等，极易发生食物中毒、流行性疾病等，同时由于大学生缺乏医疗常识，还会出现乱用药等现象。因此，普及疾病预防与救护常识，防止突发事件发生极为重要。



9.1 传染病预防及应对

据国家卫生和计划委员会统计，2015 年全国共报告法定传染病发病 6408429 例，死亡 16744 人，报告发病率 470.35/100000，报告死亡率 1.23/100000。报告发病数据前 5 位的病种依次是病毒性肝炎、肺结核、梅毒、痢疾、淋病。预防传染病任重道远。

● 身边案例

◆ 2010 年 12 月 19 日下午，东北农业大学应用技术学院畜禽生产教育 0801 班 30 名学生在动物医学学院实验室进行“羊活体解剖学实验”，对于这些20来岁的男孩女孩来说，这样的课程是他们学习生活的一部分。2011 年 1 月，临近寒假，学生王永杰却不轻松，因为他已经连续高烧很多天了。由于是冬天，感冒发烧也属正常，所以他没有警觉。经过吃药、打针等治疗后，他终于有些好转，却总觉得不太舒服。春节转眼即过，2011 年 3 月，王永杰再次回到学校时，发现与他症状一样的同学有多人。“开学时，一位姓王的同学被其母亲背到了学校，那时我才知道，他与我症状很相似，不同的是，他因为关节疼痛已无法行走。”王永杰说。王永杰注意到，过了没几天，班上有几名同学缺课。紧接着，学生中就出现了传言，称动物医学学院的同学因为做羊活体实验而得上了一种浑身无力的怪病，已经确诊为布鲁氏菌病。听到这个消息，0801 班的同学顿时傻眼了：他们班也做过此类实验，班上那些同学的奇怪症状难道是……传言很快得到了验证，据多名被感染的学生回忆，校方很快便组织 0801 班集体进行检查，最终发现，全班 30 人中共有 16 人感染布鲁氏菌病。这还不是最后的数字，因为做过此类实验的，并非只有 0801 班。学生们称，经过一段时间的检查后，最终查出，共 5 个班级 28 人感染布鲁氏菌病，其中包括 27 名学生、1 名教师，感染者被送至黑龙江省农垦总局总医院接受治疗。

◆ 2003 年 4 月 17 日 23 时 30 分，北方某大学计算机学院一位住在交大宿舍的男性学生孙某，因为发高烧被送到学校医院进行检查。孙某是 2002 级的学生，4 月 1 日在军训时得了感冒，之后多次到医院治疗。由于符合“非典”四大病征，孙某连夜被送往北京市人民医院，经确诊后迅速被转往专门收治“非典”患者的北京市温泉胸科医院进行治疗。此时已是 4 月 18 日 2 时多。4 月 18 日，与孙某同宿舍和隔壁宿舍的学生开始出现集体发热现象。到 4 月 19 日，病情开始蔓延，该楼 12 层一名学生出现发烧症状，他是电子学院的学生，与孙某并没有密切接触。该校新闻中心主任王想平介绍说：后来分析，可能是电梯交叉感染。因为大家共用一部电梯。据统计，从 4 月 16 日至 19 日，学校共出现发热症状 31 人，其中送医院治疗 13 人，校医院治疗观察 18 人，重点监测观察 85 人。

1. 传染病的公共预防

传染病必须同时具备传染源、传播途径和易感人群3个环节，才能流行传染，因此预防流行性疾病主要针对以上3个环节，采取适当措施。

（1）锻炼身体，增强抵抗力。要养成锻炼身体的习惯，可以通过早操、体育课、课间操、课外活动等体育锻炼活动，增强身体素质，增强抵抗流行性疾病的能力。

（2）切断传染途径。主要包括消灭“四害”（老鼠、臭虫、苍蝇、蚊子）以及蟑螂等有害昆虫；对饮食、水源、粪便加强管理或无害化处理；不食、不加工不清洁的食物，拒绝生吃各种海产品和肉食，不喝生水；不随便倒垃圾，不随便堆放垃圾，垃圾要分类并统一销毁。

（3）保持室内空气流通。教室、宿舍、家庭等每天要开窗通风3次以上，每次至少15分钟；流行病发生期间，避免在商场、影剧院等通风不畅和人员聚集的地方长时间停留。

（4）注意饮食卫生。养成用流动的水勤洗手洗脸、不用他人毛巾擦手擦脸、不用脏手揉眼睛、不随地吐痰、打喷嚏咳嗽捂住口鼻等良好习惯；食用田螺、牡蛎、螃蟹等水产品，必须加工至熟透；生吃瓜果蔬菜要洗净；不吃腐败变质或不洁的食物；注意随气温变化增减衣服，外出时提倡戴口罩，避免外感风寒。

（5）远离传染源。不要与肝炎患者、红眼患者、非典型性肺炎患者等共用生活用品（餐具、剃刀、牙具、毛巾等），对其使用过的物品要及时进行消毒。

（6）及早进行预防。应常备中药板蓝根、贯众、金银花等药，最好在流感季节来临之前提前预防；定期注射或接种流感疫苗、乙肝疫苗、狂犬疫苗和抗狂犬病血清、流行性出血热疫苗等。无论何种原因，如身体持续发热，都应及早就医。及时将流行性患者进行隔离；配合流行性疾病调查人员做好相关调查。

◆ **温馨提示**

国家法定传染病种类

我国的法定传染病主要分为3类。

（1）甲类传染病，又称为强制管理传染病，包括鼠疫和霍乱。

（2）乙类传染病，又称为严格管理传染病，包括严重急性呼吸综合征（SARS）、病毒性肝炎、细菌性和阿米巴痢疾、伤寒和副伤寒、艾滋病、淋病、梅毒、脊髓灰质炎、麻疹、百日咳、白喉、流行性脑脊髓膜炎、猩红热、流行性出血热、狂犬病、钩端螺旋体病、布鲁氏菌病、炭疽、流行性和地方性斑疹伤寒、流行性乙型脑炎、黑热病、疟疾、登革热等。

（3）丙类传染病，又称为监测管理传染病，包括肺结核、血吸虫病、丝虫病、包虫病、麻风病、流行性感冒、流行性腮腺炎、风疹、新生儿破伤风、急性出血性结膜炎，以及除霍乱、痢疾、伤寒和副伤寒以外的感染性腹泻病等。

2. 肠道传染病的预防与治疗

（1）病毒性肝炎。病毒性肝炎分为甲、乙、丙、丁、戊5种类型。甲型、戊型肝炎一般通过饮食传播，乙型、丙型、丁型肝炎主要经过血液、母婴和性传播。常采取以下应对措施：肝炎患者自发病之日起必须进行3周隔离；肝炎患者用过的餐具要在开水中煮15分钟以上进行消毒；不要与肝炎患者共用生活用品，用过的或接触过的要及时消毒；如与肝炎患者共用同一卫生间，要用消毒液或漂白粉对便池进行消毒；不要与乙型、丙型、丁型肝炎患者及病毒携带者共用剃刀、牙具等。

（2）细菌性痢疾。细菌性痢疾是由痢疾杆菌引起的，一般症状有发烧腹痛、腹泻、大便带脓血、一天十几次大便等。痢疾的防治主要是切断传播途径，要做到以下几点。养成饭前便后洗手的良好习惯。水果要洗净、削皮再吃。食物要煮熟再食，切熟食的菜板与切生食品的菜板要分开使用；不喝生水，不吃被苍蝇或蚊子叮咬或爬过的食物，不吃变质腐败的食物，剩饭剩菜一定要热过再吃，不吃无卫生许可证的街边小贩经营的食品；家中若有痢疾患者，一定要送医院治疗。对痢疾患者的粪便和呕吐物要严格进行消毒处理，患者用过的餐具、马桶、患者的内衣内裤、被褥也要进行严格的消毒；加强锻炼，增强体质。平时吃饭时少许吃点大蒜或醋有辅助治疗和预防痢疾的作用；发现痢疾和伤寒症状一定要尽早就医诊治。

3. 呼吸道传染病的预防与治疗

（1）传染性非典型性肺炎（简称SARS）。SARS主要通过近距离呼吸道飞沫、直接接触患者呼吸道分泌物及密切接触传播。其预防措施主要有出现非典型性肺炎症状应及时到医院感染疾病科的发热门诊就医，一旦确诊，需要住院并隔离治疗；如出现SARS疫情，一般人尽可能不去医院；必须去医院看病的，须戴上口罩，回家后洗手、洗脸消毒；避免在商场、影剧院等通风不畅和人员聚集的地方长时间停留；居室和教室要经常开窗通风，即使在冬季，每天也要开窗通风3次以上，每次15分钟以上。

（2）结核病。结核病是由结核杆菌侵入人体后引起的一种慢性传染性疾病，只要早期发现，正规治疗，是完全可以治愈的。肺结核的临床表现是午后低热、咳嗽咳痰、痰中带血。如出现以上症状应及时到医院就医明确诊断。其预防措施主要有：一是控制传染源，关键是早期发现结核患者，应在专科医生指导下，早期、规律、联合、适量全程用药，以免传播给他人。二是切断传播途径：养成良好的生活习惯，不随地吐痰；与结核患者接触应戴口罩，做好防护；接触痰液后用流动水清洗双手；患者用过的衣物、寝具、书籍等可采取在烈日下暴晒2~3小时等方法进行杀菌处理。三是保护易感人群，如儿童、老年人、糖尿病、矽肺、艾滋病或HIV感染者，加强营养，多食高热量、高蛋白、富含维生素的饮食；加强体育锻炼；尽量少去公共场所活动，积极预防感冒，以免抵抗力低下而染病；养成良好的生活习惯，规律作息，戒烟限酒，保持良好的心态。

（3）高致病性禽流感。高致病性禽流感是在禽类之间传播的急性传染性病。在特殊情况下，也会感染人类。其预防措施主要有：当发生高致病性禽流感疫情后，应尽量

避免接触死亡的禽类。处理死亡家禽时，应穿防护衣，戴手套和口罩，事后马上消毒或用肥皂洗手；接触禽类后，如出现发烧、头痛、发冷、哆嗦、浑身疼痛无力、喉咙痛、咳嗽等症状，且48小时内不退烧者，应马上到医院就诊；发生禽流感疫情时，应采取强制性防疫措施。

（4）甲型H1N1流感。早期症状与普通人流感相似，包括发热、咳嗽、喉痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳等，有些还会出现腹泻或呕吐、肌肉痛或疲倦、眼睛发红等。预防措施主要有：一是对疑似和确诊患者应进行就地隔离治疗，强调早期治疗。 二是对人感染甲型H1N1流感，目前主要是综合对症支持治疗。注意休息、多饮水、注意营养，密切观察病情变化；发病初48小时是最佳治疗期，对高热、临床症状明显者，应拍胸片，查血气。三是药物治疗，主要采取抗病毒治疗，应及早应用抗病毒药物，可试用奥司他韦（Oseltamivir，达菲）；如出现细菌感染可使用抗生素。四是中医辨证治疗。

4. 血源及性传染病的预防与治疗

（1）淋病。淋病是一种传播性非常强的性病，由淋球菌引起，发病率高，患者多为性活跃的年轻人，多通过性接触传播，侵袭泌尿生殖器、直肠和咽黏膜。其预防措施主要有：一是不要在公共澡堂泡澡，在游泳、旅游时都要注意自身健康，不要使用其他人用过的浴巾、毛巾等，洗澡最好用淋浴的方式，上厕所尽量使用蹲式马桶。二是避免不洁性交，不洁性交很容易感染性病，比如淋病。为预防淋病，应杜绝不洁性行为。三是讲究个人卫生，个人卫生整洁，不与他人混用浴盆，不使用他人毛巾，不与他人共洗内衣内裤，是预防淋病的有效方法。四是性交时使用避孕套，为了自身健康，性交时女性最好不要服用避孕药，应要求男性使用避孕套。五是注意个人健康，应增强锻炼，多到户外爬山、跑步、骑车等，多吃富含营养的食物，少吃辛辣刺激性食物。

（2）梅毒。梅毒是由苍白（梅毒）螺旋体引起的慢性、系统性性传播疾病。主要通过性途径传播，其预防措施主要有：一是杜绝不洁性生活，男性预防梅毒很重要的一点就是坚决杜绝不洁性生活的发生。二是养成良好的卫生习惯，不到无卫生保障的公共浴池洗澡，不与人共用毛巾、剃刀、餐具等，因为接触患者已污染的衣物、用具也会感染梅毒。三是在婚前进行必要的梅毒检查，做好婚前检查及妊娠期检查是杜绝梅毒儿出生的重要手段。四是男性应该使用避孕套，可以有效预防梅毒的感染。五是对于使用的注射器等一次用品也要重视，并且注意经血液传播的危险因素。

5. 自然疫源及虫媒传染病的预防与治疗

（1）鼠疫。鼠疫杆菌常经呼吸道吸入或经消化道食入，通过黏膜和皮肤接触而感染，不易治愈，死亡率高。其预防措施主要有：一是家中或单位发现死老鼠，应立即向所在地区疾病预防控制中心报告。二是如人体出现不明原因的高热、淋巴结肿大、疼痛、咳嗽、咳血痰等症状，应立即到医院就诊。一旦确诊，立即将患者隔离。三是由专业人员对患者用过、接触过的物品及房间进行消毒。

（2）狂犬病。狂犬病是一种急性传染病，一旦发病无法救治，病死率达100%。人

被带有狂犬病毒的狗、猫咬伤、抓伤后，会引发狂犬病。其预防措施主要有：一是被宠物抓伤、咬伤后，应立刻到狂犬病免疫预防门诊接种狂犬病疫苗。二是被宠物咬伤、抓伤后，首先要挤出污血，用3%~5%的肥皂水反复冲洗伤口；然后用清水冲洗干净，冲洗伤口至少要20分钟；最后擦浓度75%的碘酒，只要未伤及大血管，不要包扎伤口。三是如果一处或多处皮肤形成穿透性咬伤，伤口被犬的唾液污染，必须立刻注射疫苗和抗狂犬病血清。四是将攻击人的宠物暂时单独隔离，立即带到附近的动物医院诊断，并向动物防疫部门报告。

● **安全思考**

（1）大学生应怎样做好传染性疾病的平时预防？
（2）怎样做好肠道传染病的预防与治疗？
（3）怎样做好呼吸道传染病的预防与治疗？
（4）怎样做好血源及性传染病的预防与治疗？

9.2 艾滋病预防及应对

艾滋病是一种病死率极高的严重传染病，目前虽然还没有治愈的药物和方法，但可以预防。因此要对大学生宣传艾滋病预防知识，保障身体健康。

● **身边案例**

◆ 2016年9月14日，南昌市疾控中心发布通告称，至2016年8月底，南昌全市已有37所高校报告艾滋病感染者或患者，共报告存活学生艾滋病感染者和患者135例，死亡7例。同时，近年来南昌市青年学生HIV/AIDS病例快速增加，近5年疫情年增长率为43.16%；2011—2015年新发学生病例中，男男同性性传播占83.61%，同性性传播已成为青年学生感染艾滋病的主要途径。事实上，这一现象不仅出现在南昌市，在全国范围，艾滋病在高校男同性恋群体的感染率也在逐年递增。根据国家卫计委公布的数据，2014年，青年学生艾滋病感染者占青年感染人群总数的16.58%，而2008年为5.77%，增速快于其他年龄段人群。其中，性传播是主要途径。据调查，青年学生中通过男男同性性传播感染已达81.6%。专家分析称，其原因一是大学生性观念开放、随意。此外，大学生性安全知识缺乏，不知如何保护自己。二是大学男生购买性服务的情况有所增加，有的男生在购买性服务过程中，并未采取安全措施。三是性教育滞后，很多大学生对于艾滋病了解甚少，这也给卫生、教育等部门敲响了警钟。

◆ 2010年7月25日，福建省权威机构发布消息称，近年来该省累计报告艾滋病病毒抗体阳性者中，两例是大学生。据透露，这两名感染艾滋病病

毒的大学生，是两年前在检测时被发现的。两名男女感染者虽然分属福建省两所不同高校，当时都是大三学生，但他们得病的途径是一样的，都是通过性接触。男性感染者在高中时就和本校女生有过性接触，进入大学后不止有一位女朋友，还尝试过同性性行为。后来该生自觉阴部异常，到当地皮肤病医院接受检查，发现感染了艾滋病病毒。女性感染者在大学期间，广交异性朋友。她之所以去做艾滋病病毒检测，是因为和她有性关系的一名男子得了性病。在这位男友的劝说下，她到一家性病医院抽血做了梅毒、艾滋病检测，结果艾滋病检测呈阳性。

1. 积极预防艾滋病

（1）洁身自爱、遵守性道德是预防经性途径传染艾滋病的根本措施。建设精神文明、提倡遵纪守法，树立健康积极的恋爱、婚姻、家庭及性观念，是预防和控制艾滋病、性病传播的治本之路。性自由的生活方式、婚前和婚外性行为是艾滋病、性病得以迅速传播的温床。卖淫、嫖娼等活动是艾滋病、性病传播的重要危险行为。有多个性接触者的人应停止高危行为，以免感染艾滋病或性病而葬送自己的健康甚至生命。青年人要学会克制性冲动，过早的性关系不仅会损害友情，也会对身心健康产生不良影响。夫妻之间彼此忠诚，可以保护双方免予感染艾滋病和性病。

（2）正确使用避孕套，不仅能避孕，还能减少感染艾滋病、性病的危险。男性感染者将艾滋病传给女性的危险明显高于女性传给男性。女性应主动要求对方在性交时使用避孕套。

（3）及早治疗并治愈性病可减少感染艾滋病的危险。如怀疑自己患有性病或生殖器感染，要及时到正规医院或性病防治机构检查、咨询和治疗，还要动员与自己有性接触的人也去接受检查。部分女性感染性病后无明显症状，不易察觉，如有高危行为，应及时去医院检查和治疗。正规医院能提供正规、保密的检查、诊断、治疗和咨询服务。切不可找游医药贩求治，也不要购药自治，以免误诊误治，延长病程，增加感染艾滋病的机会。怀疑自己感染了艾滋病病毒时，应尽早到有条件的医疗卫生单位去做艾滋病病毒抗体检查和咨询。

（4）共用注射器吸毒是传播艾滋病的重要途径，因此要拒绝毒品，珍爱生命。远离毒品可以最大限度地避免因吸毒感染艾滋病。与他人共用注射器吸毒的人感染艾滋病的危险性极大。

（5）避免不必要的输血和注射，使用经艾滋病病毒抗体检测为阴性的血液和血液制品。依法无偿献血，杜绝贩血卖血，加强血液检测，是保证用血安全的重要措施。

2. 积极治疗与关怀艾滋病患者

（1）目前，还没有能够治愈艾滋病的药物，已经研制出的一些药物只能在某种程度上缓解艾滋病患者的症状和延长患者的生命，其中最为有效的方法，是由美籍华裔

科学家何大一于 1996 年提出的“鸡尾酒疗法”。

（2）积极接受医学指导和治疗，可以帮助艾滋病患者缓解症状、改善生活质量。

（3）关心、帮助和不歧视艾滋病患者及感染者，是预防与控制艾滋病的重要方面。艾滋病患者及感染者的参与和合作，是艾滋病预防与控制工作的一个重要组成部分。对艾滋病患者及感染者的歧视不仅不利于预防和控制艾滋病，还会成为社会的不安定因素。艾滋病病毒感染者是疾病受害者，应该得到人道主义的同情和帮助。家庭和社区要为艾滋病患者及感染者营造一个友善、理解、健康的生活环境和工作环境，鼓励他们采取积极的生活态度、改变高危行为、配合治疗，有利于提高艾滋病患者及感染者的生命质量、延长生命，也有利于艾滋病的预防与控制工作和维护社会安定。

● **安全思考**

（1）大学生应怎样积极预防艾滋病?

（2）如果你身边有艾滋病患者，你应该怎样关怀和爱护他们?

9.3 现场安全救护

现场安全救护是指专业或非专业人员对患者或伤者进行徒手抢救，主要目标是向心、脑及全身重要脏器供氧，延长机体耐受临床死亡的时间。主要有基本创伤救命术、心肺复苏急救术、常见急救措施等。

● **身边案例**

◆近年来，青年人因熬夜猝死的案例频频被媒体报道，仅 2016 年一年就有数起。专家表示，凌晨到 10 时是猝死高发时间，虽然睡眠时间少并非猝死直接原因，但却是重要诱因。

2016 年 8 月，中国传媒大学 25 岁博士凌晨疑因过劳猝死教学楼；2015 年 12 月，武昌职业学院大一学生小勇在 1000 米测试时在终点附近猝死；2012 年 11 月，成都大学张同学在校园活动时猝死，生前他曾网上留言“10 天 4 个半通宵顺利完成作业”……血淋淋的案例不断警示熬夜的危害，为何不少大学生还是不愿早睡？记者了解到，大学生熬夜主要有两大原因，赶课题报告、论文或者打游戏。在一些大学男生寝室，即使夜里两三点，宿舍里还是会传来游戏声。

“睡眠时间少，并不是猝死的病因，但绝对是重要诱因。”上海远大心胸医院成人心脏中心主任肖亦敏指出，成人心脏性猝死 50%~70% 以上是冠心病引起的，但冠心病源于高血压、高血脂、高血糖，一般高发年龄段为 40 岁以后，50~59 岁年龄段最高。而现在频发的年轻人猝死现象，主要是因为这一人群大多生活作息混乱又不重视体检，容易诱发一定的心脏病变，长期积累下来，就容易引发猝死。肖亦敏提醒，每年夏季心源性猝死的患者特别多，

而每天凌晨到 10 时之间是猝死的高发时段。如果患者本身患有冠心病、心脏扩大、心功能不全病史，尤其应该提高警惕，留意头晕、胸痛、乏力、心慌、气短等一系列猝死征兆，及时就医。

1. 基本创伤救命术

基本创伤救命术（简称 BTLS）是使用于遭受意外创伤的伤员，直到更高一层的生命救命术到达前的应用，主要包括止血、固定、包扎、搬运的基本救治，能使伤员得到合适的救助，使伤员的生命症状能够维持稳定，直到送至医院为止。

（1）创伤止血。外伤出血时，必须争分夺秒把血止住。一般小血管出血可用加压止血法，大血管出血可用指压止血法或止血带法。

◆ **经验推介**

创伤止血方法

（1）加压止血法

一般小静脉和毛细血管出血，血流较慢。需用生理盐水冲洗消毒患部，然后覆盖多层消毒纱布用绷带扎紧包扎。注意：如果患部有较多毛发，在处理时应剪、剃去毛发。

（2）指压止血法

只适用于头、面、颈部及四肢的动脉出血急救，注意压迫时间不能过长。

① 头顶部出血。在伤侧耳前，对准下颌耳屏上前方 1.5 厘米处，用拇指压迫颞浅动脉。

② 头颈部出血。四根手指并拢对准颈部胸锁乳突肌中段内侧，将颈总动脉压向颈椎。注意不能同时压迫两侧颈总动脉，以免造成脑缺血坏死。压迫时间也不能太久，以免造成危险。

③ 上臂出血。一手抬高患肢，另一手四根手指对准上臂中段内侧压迫肱动脉。

④ 手掌出血。将患肢抬高，用两手拇指分别压迫手腕部的尺、桡动脉。

⑤ 大腿出血。在腹股沟中稍下方，用双手拇指向后用力压股动脉。

⑥ 足部出血。用两手拇指分别压迫足背动脉和内踝与跟腱之间的颈后动脉。

（3）屈肢加垫止血法

当前臂或小腿出血时，可在肘窝、膝窝内放以纱布垫、棉花团或毛巾、衣服等物品，屈曲关节，用三角巾作8字形固定。但骨折或关节脱位者不能使用。

（4）橡皮止血带止血

常用的止血带是长三尺左右的橡皮管。方法是：掌心向上，止血带一端由虎口拿住，一手拉紧，绕肢体 2 圈，中、食两指将止血带的末端夹住，顺着肢体用力拉下，压住“余头”，以免滑脱。注意：使用止血带要加垫，不要直接扎在皮肤上。每隔45分钟放松止血带2~3分钟，松时慢慢用指压止血法代替。

（5）绞紧止血法

把三角巾折成带形，打一个活结，取一根小棒穿在带子外侧绞紧，将绞紧后的小棒插在活结小圈内固定。

（6）填塞止血法

将消毒的纱布、棉垫、急救包填塞、压迫在创口内，外用绷带、三角巾包扎，松紧度以达到止血为宜。

（2）伤口包扎。及时正确地包扎，可以达到压迫止血、减少感染、保护伤口、减少疼痛等目的。

一是骨折类伤口包扎。骨折时，包扎应考虑到骨折部位的正确固定；同样是躯体上的伤口，如果合并内部脏器的损伤，如肝破裂、腹腔内出血、血胸等，则应优先考虑内脏损伤的救治，不能在表面伤口的包扎上耽误时间；同样是头部的伤口，如合并了颅脑损伤，不是简单的包扎止血就没事了，还需要加强监护。对于头部受撞击的患者，即使自觉良好，也需观察 24 小时。如出现头胀、头痛加重，甚至恶心、呕吐，则表明存在颅内损伤，需要紧急救治。因此，在对伤者明显可见的伤口进行包扎之前或同时，一定要了解有没有其他部位的损伤，特别要注意是否存在比较隐蔽的内脏损伤。

二是与体腔相通的伤口包扎。对于与体腔相通的开放性伤口，现场一般只需对伤口进行简单的覆盖，然后尽快送医院或紧急联系医务人员前来救治。例如，与腹腔相通的腹部伤口，可用干净的纱布、毛巾、被单等覆盖。如有肠管或网膜从创口处膨出，切勿试图将其回纳腹腔内，以免加重腹腔污染。对膨出的肠管或网膜，应用干净的碗将其完全盖住，或用干净纱布圈套于周围再行包扎，以防挤压膨出的肠管或网膜。又如，与胸腔相通的胸部伤口，可造成开放性气胸。其中，“交通型气胸”与“高压（张力）型气胸”症状严重，甚至可致昏迷、死亡。前者应尽快用无菌纱布或其他清洁的敷料封闭伤口，包扎固定，防止反常呼吸，以便减轻症状和减轻持续伤害。对于“高压（张力）型气胸”，由于破裂口形成单向活瓣，当人吸气时裂口开放，气体不断进入胸膜腔；呼气时裂口关闭，以至气体不能排出。胸腔内压力不断增加，使得肺受压增加，从而导致进行性呼吸困难。此时须做紧急排气处理，可用大号注射针头在患侧锁骨中线第二肋间刺入胸膜。再者，头颅外伤者如果出现“鼻孔、耳朵流出较大量的淡红色液体”，应考虑颅底骨折，伤口与颅腔有相通。不要在现场试图压迫和填塞伤者鼻孔、耳朵，以免造成颅内感染。如骨折穿破头皮或有脑组织膨出，可按腹腔脏器膨出的原则处理。

三是以出血为主要症状的伤口包扎。在有出血的情况下，外伤包扎的实施必须以止血为前提。如不及时给予止血，则可造成严重失血、休克，甚至危及生命。有时候，包扎本身就是止血的措施。例如，组织损伤造成的毛细血管出血，出血时血液成水珠样从伤口流出，稍微压迫即可止血，有时也可自动凝固止血。这种出血，往往只需在伤口贴上止血贴，或在伤口上覆盖消毒纱布，然后稍微加压包扎，即可完成止血和包扎的双重任务。但对于由动脉血管损伤引起的“动脉出血”和由静脉血管损伤引起的“静脉出血”，单纯的压迫包扎伤口，往往不能达到止血的目的。

（3）骨折及现场骨折固定。在日常生活中难免会发生跌、撞、坠、扭伤的事，轻者造成软组织损伤，重者会发生骨折，现场急救是保存伤员生命的重要措施之一，对创伤发展和预后影响极大。

一是锁骨骨折。可用三角巾固定法，先在两腋下垫上大棉垫或布团，然后用两条三角巾的底边分别在两腋窝绕到肩前打结，再在背后将三角巾两个顶角拉紧打结。

二是肋骨骨折。可用多头带固定之，先在骨折处盖上大棉垫或折叠数层的布，然后叮嘱伤员呼气后屏息，将多头带在健侧胸部打结固定。

三是颈椎骨折、脱位。患者头仰卧固定在正中位（不垫枕头）。两侧垫卷叠的衣服，防止颈部左右转动。勿要轻易搬动，否则有引起脊髓压迫的危险，发生四肢与躯干的高位截瘫，甚至死亡。

四是前臂骨折。用一块从肘关节至手掌长度的木板或用一本 16 开杂志，放在伤肢外侧，以绷带或布条缠绕固定，注意留出指尖，然后用三角巾把前臂悬吊胸前。

五是上臂骨折。把长达肩峰至肘尖的衬垫木板或硬纸板放在伤肢外侧，以绷带或布条缠绕固定，注意留出指尖，然后用三角巾把前臂悬吊胸前。 上肢骨折如无固定器材，可利用躯干固定，将上臂用皮带或布带固定在胸部，并将伤侧衣襟角向外上反折，托起前臂后固定。

六是大腿骨折。用一块相当于从足跟至腋下长度的木板放在伤肢外侧，然后用 6~7 条布带扎紧固定。

七是小腿骨折。可用两块由大腿至足跟长的木板，分放于小腿内外侧，或仅用一块木板放于大腿、小腿外侧，然后用绷带缠绕固定。

八是胸腰椎骨折。患者不宜站立或坐起，以免引起或加重脊髓损伤，抬动患者时不要让患者的躯干前屈，必须仰卧在担架上或门板上运送。

（4）伤员的搬运。在对伤员的搬运过程中应采用以下正确方法。

一是脊柱、脊髓损伤伤员的搬运。遇有高空坠落、车祸等严重损伤和怀疑颈椎、腰椎损伤的伤员时，不可随意搬运或扭曲其脊柱。应多人用手臂共同将其平行搬运至水平木板上，注意必须托住颈、腰、臀和双下肢。

二是颅脑损伤伤员的搬运。颅脑损伤者常有脑组织暴露和呼吸道不畅等表现。搬运时应使伤员取半仰卧位或侧卧位，使呼吸道保持通畅。颅脑损伤常合并颈椎损伤，搬运时须注意保护其颈椎。

三是腹部伤伤员的搬运。伤员取仰卧位，下肢屈曲，防止腹腔脏器受压而脱出。此类伤员宜用担架或木板搬运。

四是胸部伤伤员的搬运。胸部受伤者常伴有开放性血气胸，需进行包扎，以座椅式搬运为宜，伤员取坐位或半卧位。有条件者最好用坐式担架、靠背椅或将担架调整至靠背状。

五是昏迷伤员的搬运。伤员取平卧位，垫高背部，头稍后仰，如有呕吐，须将其头朝向一侧，或采用脚高头低位，搬运时用普通担架即可。

六是呼吸困难伤员的搬运。伤员取坐位，不能背驮。用软担架（床单、被褥）搬运

时，注意不能使伤员躯干屈曲。如有条件，最好用折叠担架（或椅）搬运。

2. 心肺复苏急救术（简称CPR）

心跳骤停一旦发生，如得不到及时的抢救，4~6 分钟后会造成患者脑和身体其他重要器官组织不可逆的损害，因此心搏骤停后的心肺复苏必须在现场立即进行。通俗地讲，心肺复苏急救术就是当患者停止呼吸和心脏骤停时，用人工呼吸和胸外按压进行抢救的一种技术。当人在心脏病、溺水、车祸、药物中毒、高血压、触电、异物堵塞时都会导致心跳骤停，呼吸停止，均可用心肺复苏急救术来抢救。

（1）评估和现场安全。急救者在确认现场安全的情况下轻拍患者的肩膀，并大声呼喊“你还好吗？”检查患者是否有呼吸，摸他的颈动脉，看是否有搏动，如果没有呼吸或者没有正常呼吸（即只有喘息），立刻启动应急反应，开始胸外心脏按压。

（2）开放气道。将患者置于平躺的仰卧位，昏迷的人常常会因舌后坠而造成气道堵塞，这时施救人员要跪在患者身体的一侧，一只手按住其额头向下压，另一只手托起其下巴向上抬，标准是下颌与耳垂的连线垂直于地平线，这样就说明气道已经被打开，如图 9-1 所示。

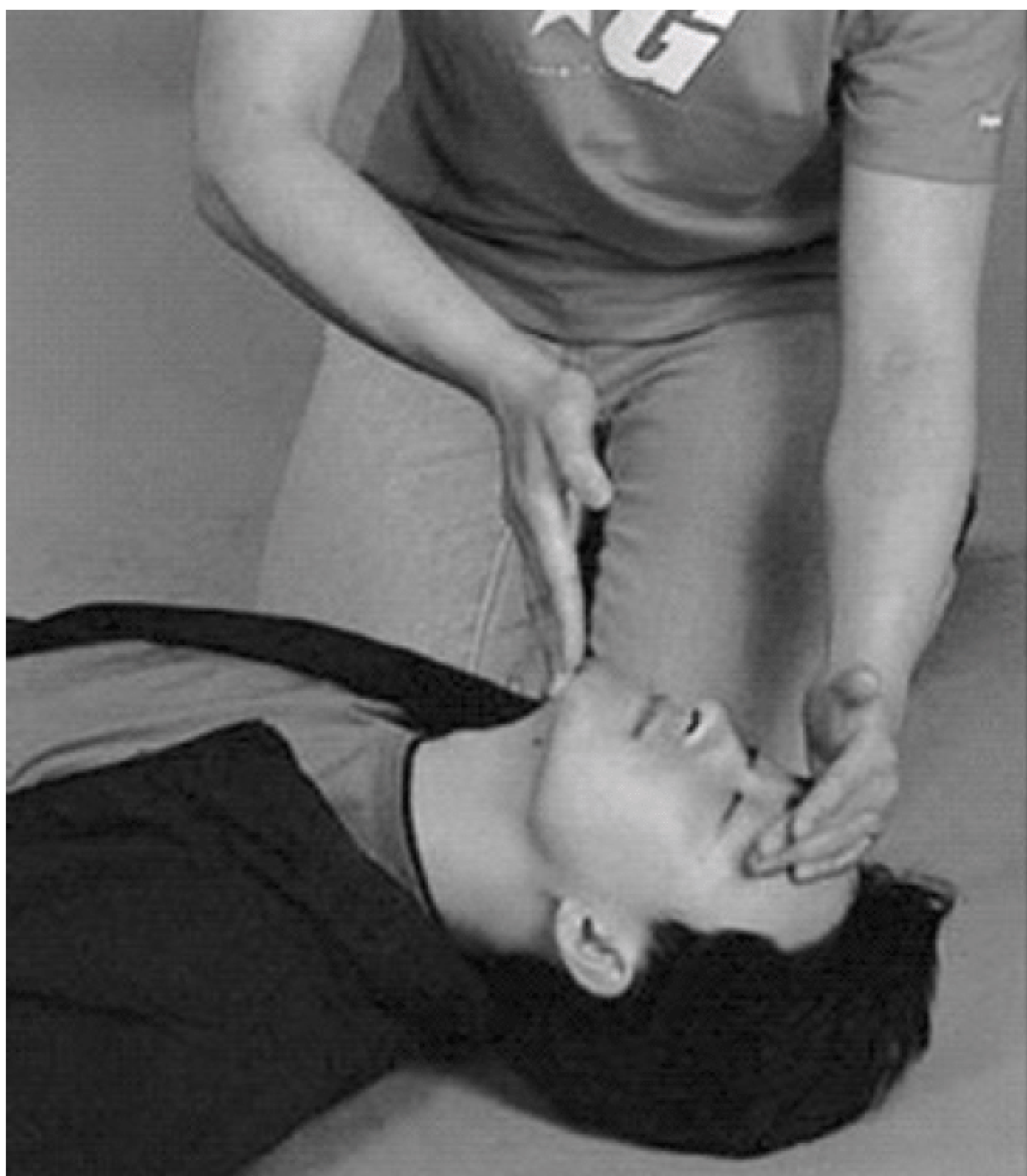


图 9-1　开放气道

（3）胸外心脏按压。如果患者已经没有脉搏，则需进行胸外心脏按压。方法：施救者先要找到按压的部位。沿着最下缘的两侧肋骨从下往身体中间摸到交接点，叫剑突，以剑突为点向上在胸骨上定出两横指的位置，也就是胸骨的中下 1/3 交界线处，这里就

是实施点。施救者以一只手叠放于另一只手手背，十指交叉，将掌根部置于刚才找到的位置，依靠上半身的力量垂直向下压，胸骨的下陷距离为4~5厘米，双手臂必须伸直，不能弯曲，压下后迅速抬起，频率控制在每分钟80~100次。

注意：必须控制力道，不可太用劲，因为力道太大容易引起肋骨骨折，从而造成肋骨刺破心、肺、肝、脾等重要脏器。老人的骨质较脆，更要加倍注意，如图9-2所示。



图 9-2　胸外心脏按压

（4）人工呼吸。如患者无呼吸，立即进行口对口人工呼吸两次，然后摸颈动脉，如果能感觉到搏动，那么仅做人工呼吸即可。方法：最好能找一块干净的纱布或毛巾，盖在患者的口部，防止细菌感染。施救者一手捏住患者鼻子，大口吸气，屏住，迅速俯身，用嘴包住患者的嘴，快速将气体吹入。与此同时，施救者的眼睛需观察患者的胸廓是否因气体的灌入而扩张，气吹完后，松开捏着鼻子的手，让气体呼出，这样就完成了一次呼吸过程。心脏按压次数与人工呼吸次数比例为30：2，如图9-3所示。



图 9-3　人工呼吸

（5）停止心肺复苏的指征。在施救的同时要时刻观察患者的生命体征。触摸患者的手脚，若温度有所回升，则进一步触摸颈动脉，发现有搏动即可停止心肺复苏，尽快把患者送往医院进行进一步的治疗。

3. 常见急救措施

（1）猝死的急救。猝死造成心脏停止跳动时，常采用心肺复苏法（包括人工呼吸法和胸外心脏按压法）来抢救患者。

第一，当发生猝死时，千万不要随意搬动患者。在急救开始的同时，均应及时拨打 120 或 999 急救电话。

第二，抢救前，施救者首先确保现场安全，确定患者呼吸、脉搏确实停止，然后再施行救助。

第三，施救者先使患者仰面平卧于坚实的平面上，然后自己的两腿自然分开，与肩同宽，跪于患者肩与腰之间的一侧。

第四，人工呼吸法主要包括口对口人工呼吸、口对鼻人工呼吸、口对口鼻人工呼吸等方法。

第五，采用胸外心脏按压法时，施救者以靠近患者的下肢手的中指沿患者的肋缘自下而上移动至肋缘交会处（剑突），伸出食指与中指并排，另一个手掌置于此两指旁，再以下肢手叠放于这只手的手背上，手指相扣，贴腕跷指，手指跷起勿压胸肋，以髋关节为轴用力，肘关节伸直向下压，手掌下压深度为 3.5~4.5 厘米，每分钟约做 100 次。

第六，胸外心脏按压法和人工呼吸法应交替进行，比例为 30 ∶ 2，即心脏按压 30 次，吹气 2 次，反复施救。

（2）溺水的急救。第一，当自己溺水后，不要惊慌失措，要大声呼救，并憋住气躺在水面上，顺水漂流，等待救援或漂到岸边。要尽量将头部伸出水面，寻找身边有无木板、竹竿等物。另外，当有人游过来救援时，要与之主动配合，不要紧抱救援者，以防“同归于尽”。第二，发现溺水者应尽快将其救出水面，但施救者若不懂得水中施救或不了解现场水情，不可轻易下水。如果附近有救生圈、竹竿、木板或绳子等，应赶快抛给溺水者或携带入水，以便营救。第三，如果水性很好可下水施救。若溺水者距岸边较近而且在水中挣扎，就要看准目标，两脚前后分开，两手平伸地跳入水中。若距溺水者较远，就应采取自己最熟悉的入水动作迅速游向目标进行救护。在接近溺水者时，最好从他的身后接近。接近后，一只手应迅速托他腋下，使溺水者头部露出水面。若溺水者仍继续挣扎，可用臂压住他的一臂，而手则抓住他的另一臂，使溺水者不能攀抓，然后将其头部托出水面，用反蛙泳（蛙式蹬腿的仰泳）或侧泳托带上岸。第四，将溺水者救出水面后要平放在地面，迅速撬开其口腔，清除其咽内、鼻内的异物，如淤泥、杂草等，使其呼吸道保持通畅。第五，当溺水者呼吸停止或呼吸微弱时，应立即实施人工呼吸法急救。并同时拨打急救电话。第六，因呼吸、心脏在短期恢复后还有可能再次停止，所以千万不要放弃人工呼吸，应坚持到专业救护人员到来为宜。第七，注意给溺水者保暖，如果溺水者清醒后，应及时让其饮用一些热的饮料。

（3）急性心肌梗死和心脏病的急救。一是当高度怀疑患者发生急性心肌梗死，一定要及时拨打 120 急救电话，说明患者情况，等待救护。切忌不要用其他车辆运送患者到医院。二是当高度怀疑患者心脏病发作，应抓紧时间拨打 120 急救电话，或者向周围人求助。若心脏病患者随身携带有急救药物，可帮助其服用，或者可以迅速吞服一片阿斯匹林。

（4）休克的急救。第一，当发生休克，可使患者平卧，下肢应略抬高，以利于静脉血回流。如有呼吸困难可将其头部和躯干抬高一点，以利于呼吸。第二，保持其呼吸道通畅，尤其对处于昏迷状态者。方法是将患者颈部垫高，下颌抬起，使头部最大限度的后仰，同时使其头偏向一侧，以防呕吐物和分泌物误吸入呼吸道。第三，注意给体温过低的患者保暖，盖上被子、毛毯等。但对伴有高烧的感染性休克患者应给予降温。第四，进行必要的初步治疗。医生对因创伤骨折所致的休克患者给予止痛，骨折固定；对烦躁不安者可适当注射镇静剂；对心源性休克患者给予吸氧等。第五，注意妥善运送。患者发病地点抢救条件是有限的，应在抢救的同时拨打 120 急救电话，尽快送医院抢救。对休克患者的搬运宜轻宜少；运送途中，应有专人护理，最好在运送途中采取吸氧和静脉输液等急救措施。

（5）眼灼伤的急救。第一，眼睛被化学制品灼伤后，应尽快用大量的清水，如自来水、蒸馏水冲洗眼睛。第二，冲洗眼睛不要溅及未受伤的眼睛；不要用手揉眼睛。第三，可以把整个面部泡在水中，连续做睁眼和闭眼的动作。第四，冲洗后，用清洁敷料覆盖保护伤眼，迅速前往医院治疗。

（6）烫伤与烧伤的急救。第一，烫伤后，应首先冷却伤处，在第一时间用清水冲洗伤口 10 分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用獾油、烫伤药膏或牙膏涂在患处。第二，对烧伤者，在隔断热源后，应尽量使其呼吸通畅，然后小心除去伤者创面及周围的衣物、皮带、手表、项链、戒指、鞋等。对粘在创面的衣物等，应先用冷水降温后，再慢慢除去。第三，当遇到严重烫伤或烧伤患者，应用清洁敷料遮盖伤处，立即将其送往医院救治。

● **安全思考**

（1）基本创伤救命术有哪些关键环节？

（2）心肺复苏急救术怎样操作？

（3）日常急救措施有哪些？

单元 10

自然灾害预防与救护

我国自然灾害种类繁多，如地震、台风、暴雨、洪水、内涝、高温、雷电、大雾、泥石流、山体滑坡、海啸、道路结冰、龙卷风、冰雹、暴风雪、崩塌、地面塌陷、沙尘暴等，每年都要在全国和局部地区发生，造成大范围的损害。我国每年因自然灾害死亡 1 万人以上。



10.1 地质灾害预防与救护

地质灾害是指自然因素和人为活动引发的危害人民群众生命财产安全的滑坡、泥石流、地震、火山爆发等与地质作用有关的灾害，并造成或者可能造成严重的社会危害。

● 身边案例

◆“5·12”汶川地震　发生于北京时间2008年5月12日14时28分04秒，根据中华人民共和国地震局的数据，此次地震的面波震级达里氏8.0Ms、矩震级达8.3Mw（根据美国地质调查局的数据，矩震级为7.9Mw），地震烈度达到11度。地震波及大半个中国及亚洲多个国家和地区，北至辽宁省，东至上海市，南至我国香港和澳门、泰国、越南，西至巴基斯坦均有震感。“5·12”汶川地震严重破坏地区超过10万平方千米，其中，极重灾区共10个县（市），较重灾区共41个县（市），一般灾区共186个县（市）。截至2008年9月18日12时，“5·12”汶川地震共造成69227人死亡，374643人受伤，17923人失踪，是中华人民共和国成立以来破坏力最大的地震，也是唐山大地震后伤亡最严重的一次地震。经国务院批准，自2009年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

◆舟曲“8·8”特大泥石流　2010年8月7日22时许，甘南藏族自治州舟曲县突降强降雨，县城北面的罗家峪、三眼峪泥石流下泄，由北向南冲向县城，造成沿河房屋被冲毁，泥石流阻断白龙江、形成堰塞湖。据中国舟曲灾区指挥部消息，截至21日，舟曲“8·8”特大泥石流灾害中遇难1434人，失踪331人，累计门诊人数2062人。

◆山体滑坡预报成功　2010年5月31日以来，广西连续遭受强降雨袭击，导致地质灾害多发、频发、群发，共发生地质灾害200多起，造成45人死亡。同时，广西各级国土资源部门加强了地质灾害群测群防工作，及时转移群众4349人，成功预报19起地质灾害，避免了1061人伤亡，最大限度地减少地质灾害造成的损失。典型成功预报案例如下：如岑溪市大业镇大业社区公田组山体滑坡成功预报。5月30日下午，当地国土资源部门在地质灾害巡查中，发现大业镇大业社区公田组山体出现最大约13厘米的裂缝，滑坡隐患规模约3万立方米，威胁群众共14户49人。当地立即组织人员撤离，对该监测点落实24小时监测。6月2日早上，山体下滑、塌方，15间砖瓦房屋倾斜，墙体断裂，地面下陷，楼房楼体断裂，由于人员及财物撤离及时，无人员伤亡，财产损失降到最低。

1. 地震逃生与救护

地震是由地壳的剧烈运动引起的突然而强烈的震动，是世界上最严重的自然灾害之一。地震最主要的危害是由建筑物倒塌造成的。

（1）学习地震知识，注意地震预兆。地震虽然来势汹汹，其实在地震前，人的感官能直接觉察到地震异常现象，为人们及时预防提供依据。

◆ **温馨提示**

地震前的预兆

（1）地下水异常

地震前地下水包括井水、泉水等常出现发浑、冒泡、翻花、升温、变色、变味、突升、突降、井孔变形、泉源突然枯竭或涌出等现象。

（2）生物异常

地震前一些动物出现反常的情形，有几句顺口溜总结得好："震前动物有预兆，群测群防很重要。牛羊骡马不进厩，猪不吃食狗乱咬。鸭不下水岸上闹，鸡飞上树高声叫。冰天雪地蛇出洞，大鼠叼着小鼠跑。兔子竖耳蹦又撞，鱼跃水面惶惶跳。蜜蜂群迁闹哄哄，鸽子惊飞不回巢。家家户户都观察，发现异常快报告。"除此之外，有些植物在震前也有异常反应，如不适季节的发芽、开花、结果或大面积枯萎与异常繁茂等。

（3）气象异常

主要有震前闷热，人焦灼烦躁，久旱不雨或阴雨绵绵，黄雾四塞，日光晦暗，怪风狂起，六月冰雹等。

（4）地声异常

当地震发生时，有持续几秒到几分钟的强烈、怪异的声音，如雷鸣、大炮或机器轰鸣、狂风呼啸、大树折断声，好似刮风，但树梢和树叶都不动。

（5）地光异常

震前几小时到几分钟内出现持续几秒钟的明亮而恐怖、五光十色的地光，呈片状、带状、柱状、球状等，亮如白昼，但树无影。

（6）地气异常

常在震前几天至几分钟内出现雾气，具有白、黑、黄等多种颜色，有时无色，常伴随怪味，有时伴有声响或带有高温。

（7）地动异常

地震发生前，有时感到地面晃动，这种晃动与地震时不同，摆动得十分缓慢，地震仪常记录不到，但很多人可以感觉得到。

（8）电磁异常

最为常见的电磁异常是收音机失灵，在北方地区日光灯在震前自明也较为常见。电磁异常还包括一些电气设备工作不正常，如微波站异常、无线电厂受干扰、电子闹钟失灵等。

（2）做好平时预防应对。地震多发地区，平时要做好震时应急疏散预案，以防地震时手忙脚乱，耽误时间；地震多发地区，平时要确定地震时疏散路线和避震地点；平时要学会掌握基本的医疗救护技能，如人工呼吸、止血、包扎、搬运伤员和护理方法等；适时进行应急疏散演习，发现问题及时纠正、弥补。同时要正确识别地震谣言。

（3）地震发生及时避震。第一，当地震发生时，如果在室内，应立即蹲下或坐下，尽量蜷曲身体，降低身体重心；抓住桌腿等身边牢固的物体，以免震时摔倒；用身边的物品，如书包、衣服、被褥等顶在头上，保护头颈；低头、闭眼，以防异物伤害眼睛；可用湿毛巾捂住口、鼻，以防吸入灰土、毒气；避震要持续 1 分钟左右，才可以转移、撤离；千万不要跳楼，不要破窗而出，不要到阳台和窗台边，不要乘坐电梯。

第二，当地震发生时，如果在户外：首先，要避开高大建筑物或构筑物。如立交桥、过街天桥、高烟囱、水塔等。其次，要避开危险物、高耸或悬挂物，如高压线、电线杆、路灯、广告牌等。再次，要避开危旧房屋、雨棚、砖瓦木料堆放处等。最后，要避开人多的地方，不要跑回室内。

第三，当地震发生时，如果在野外，要避开山脚，以及陡峭的山坡、山崖。要避开河边、湖边、海边，避开水坝、堤坝，避开桥面或桥下。要避开一些危险场所，如变压器、高压线下，以及生产危险品的工厂或危险品仓库。

第四，当地震发生时，如果正在乘坐交通工具时，一定要抓牢扶手，低头；或降低重心，躲在座位旁。不要马上下车，等地震过去后再下车。

（4）地震发生后自救。地震对人身的伤害，大部分是倒塌的房屋造成的，一旦被压埋后，要做到以下几条。

第一，被压埋在废墟下时，至关重要的是保持勇气和毅力。强烈的求生欲望和充满信心的乐观精神，是自救过程中创造奇迹的强大动力。

第二，被压埋后，注意用湿手巾、衣服或其他布料等捂住口鼻和头部，避免灰尘呛闷发生窒息及意外事故，尽量活动手和脚，消除压在身上的各种物体，用周围可搬动的物品支撑身体上面的重物，避免塌落，扩大安全活动空间，保障有足够的空气。条件允许时，应尽量设法逃离险境，朝更安全宽敞、有光亮的地方移动。

第三，被压埋后，要注意观察周围环境，寻找通道，设法爬出去，无法爬出去时，不要大声呼喊，当听到外面有人时，再呼叫，或敲击出声，向外界传递信息求救。

第四，无力脱险时，尽量减少体力消耗，寻找食物和水，并计划使用，乐观等待时机，想办法与外面的援救人员取得联系。

（5）地震后群众互救。震后救人的原则如图 10-1 所示。

第一，在互救过程中，要有组织，讲究方法，避免盲目图快而增加不应有的伤亡。首先通过侦听、呼叫、询问及根据建筑物结构特点，判断被埋人员的位置，特别是头部方位，在开挖施救中，最好用手一点点扒，不可用利器刨挖。

第二，如伤势严重，不能自行出来的，不得强拉硬拖，应设法暴露全身，查明伤情，施行包扎固定或急救。



图 10-1　震后互救

第三，在互救中，应利用铲、铁锹等轻便工具和毛巾、被单、衬衣、木板等方便器材。

第四，挖掘时要分清哪些是支撑物，哪些是压埋阻挡物，应保护支撑物，清除压埋物，才能保护被压埋者赖以生存的空间不遭覆压。

第五，清除压埋物及钻凿、分割时，有条件的要泼水，以防伤员呛闷而死。

第六，对暂时无力救出的伤员，要使废墟下面的空间保持通风，递送食品，静等时机再进行营救。

2. 滑坡与泥石流逃生与救护

当遇到滑坡、泥石流等灾害，迅速逃生自救是最重要的。

（1）注意观察滑坡、泥石流前出现的一些预兆，及时采取应对措施，避免人员与财产损失。

◆ 温馨提示

滑坡与泥石流的预兆

（1）滑坡前的预兆主要有：断流泉水复活，或泉水、井水忽然干涸；滑坡体后缘的裂缝扩张，有冷气或热气冒出；有岩石开裂或被挤压的声音；动物惊恐异常，植物变形。

（2）发生泥石流前常出现：河流突然断流或水势突然加大，并夹杂着较多杂草、树枝；深谷或沟内传来类似火车轰鸣或闷雷般的声音；沟谷深处忽然变得昏暗，并伴随着轻微的震动感。

（2）做好平时预防措施。一是危险地区进入雨季后，如果降雨持续时间越长，降雨量越大，滑坡、泥石流灾害越普遍、越严重。因此，当接到滑坡或泥石流警报或连续长期降雨后，应迅速迁出危险区。二是滑坡多为突然发生，且多发生在夜间。当一危险地区出现暴雨时，滑坡又往往和泥石流同时发生，因此，一旦发现有滑坡征兆或接到预警通知一定要及时撤离危险处。三是滑坡的易发和多发地区有江、河、湖（水

库）、沟的岸坡地带，地形高差大的峡谷地区，山区铁路、公路、工程建筑物的边坡、暴雨多发区及异常的强降雨区等。在这些地方生活或活动一定要注意雨季滑坡的危险。四是在沟谷遭遇暴雨、大雨，要迅速转移到安全的高地，不要在谷地或陡峭的山坡下避雨。

（3）室内躲避滑坡、泥石流。当看到滑坡向你所处的房屋滑来，说明你处于滑坡的前部，处于最危险的地方，应该向两侧以最快的速度逃离。当泥石流向你所处的房屋袭来，要向泥石流所流经的河谷、凹槽、公路、沟渠两侧的高地上迅速转移。

（4）野外躲避滑坡、泥石流。在野外发生暴雨、洪水时，滑坡极易出现。如果你处于滑坡上部，又遇到无法跑离的高速滑坡时，不能慌乱，在一定条件下，如滑坡呈整体滑动时，原地不动，或抱住大树等物体，也是一种有效的自救方法。如果你处于滑坡体的两侧或上部，要往滑坡的相反方向跑。当处于泥石流前部时，应迅速向泥石流沟的两侧撤离，切记不能顺着沟向上或向下跑。

● **安全思考**

（1）地震避险与救护有哪些方法？

（2）泥石流、滑坡的安全避险措施有哪些？

10.2 气象灾害预防与救护

气象灾害是指大气对人类的生命财产和国民经济建设及国防建设等造成的直接或间接的损坏。主要有洪灾、海啸、雷电、沙尘暴、高温、龙卷风等。

● **身边案例**

◆ **1998 年长江洪灾**　1998 年汛期，长江上游先后出现 8 次洪峰并与中下游洪水遭遇，形成全流域型大水灾。6 月 12 日开始，受暴雨影响，长江中下游湖泊先后超过历史最高水位。从 6 月 24 日开始相继超过警戒水位。6 月 28 日至 7 月 20 日主要雨区移到长江上游。7 月 21 日至 31 日长江中游地区再次出现大范围降雨过程。8 月长江中下游及洞庭湖地区水位居高不下，长江上游又接连出现 5 次洪峰。这次洪水之大，影响范围之广，持续时间之长，洪涝灾害之严重，超过历年。灾后统计，共死亡 4150 人，房屋倒塌 685 万间，农田受灾面积 3.34 亿亩，直接经济损失 2551 亿元。

◆**强龙卷风突袭浙江苍南，11 人伤亡**　受台风“圣帕”外围影响，2007 年 8 月 18 日 23 时 30 分左右，一股长达 8 千米、宽 800 米的强龙卷风，呈带状穿过龙港镇二河村、章良村、方中村、徐家庄村、希贤村、郭宕村。造成 11 人死亡、60 余人受伤和 160 多间房屋倒塌。

◆ **2008 年南方冰雪灾害**　2008 年春，一场突如其来持续猛烈的冰雪灾害，

席卷我国南方多个省（区），严重影响了部分地区的交通运输、能源供应、电力传输、通信联络、农业生产和人民生活。尽管相关部门立即启动应急机制，迅速展开应急救援行动，冰雪灾害仍然造成了129人死亡、4人失踪、166万人被紧急转移、1.78亿亩农作物受灾、48.5万间房屋倒塌，直接经济损失达1516.5亿元。

1. 洪灾预防与逃生

洪灾是对人类影响最大的灾害。

（1）做好洪涝灾害的预防

一是学校要大力预防洪涝灾害。学校平时可通过广播、班会、专题讲座等形式，加强防洪安全教育，提高学生安全防洪意识和能力。学校要建立防洪抢险指挥组织，做好防洪期间的值班工作，及时发布有关消息和警报。雨季来临前，学校要组织人员对防洪设施进行全面检查。

二是大学生要提高防洪意识和能力。易受洪水淹没的地区，当有连续暴雨或大暴雨时，应注意收听当地气象台的洪水警报，注意水位变化，选择最佳路线和目的地撤离。接到洪水预报时，应备足食品、衣物、饮用水、生活日用品和必要的医疗用品，妥善安置家庭贵重物品，也可将不便携带的贵重物品做防水捆扎后埋入地下或放到高处，票款、首饰等小件贵重物品可缝在衣服内随身携带。收集木盆、木材、大件泡沫塑料等适合漂浮的材料，加工成救生装置以备急需。保存好尚能使用的通信设备。收集手电、口哨、镜子、打火机、色彩艳丽的衣服等可做信号之用的物品，做好被救援的准备。

三是汛期尽量不要到容易发生山洪的景区旅游。在山区旅游时，一旦遭遇暴雨，应向山脊方向避洪，不要在危岩和不稳定的巨石下避洪，不可在山谷中逗留（经常是人们的旅游路线）。

（2）洪水来临后自救

一是洪水即将来临时，有序地将人员和财产向高处转移。原地避水的，可将家中物品放在楼上，或将其置于高处（柜顶、桌上等），并应在楼上储备一些食物及必要的生活用品，如饮水、保暖衣物和烧火用具等。室内进水前，要及时拉断电源，以防引起触电事故。

二是在室外，则要避开大树、电线杆、变电器等比较容易引雷的地方，保持比较低的姿势，并不要手持带有尖端金属的物品。洪水猛涨时，可先躲到屋顶、大树或附近小山丘上暂避，并用绳子或被单等物将身体与烟囱、树木等固定物相连，以免被洪水卷走。

三是被洪水围困时，尽可能收集一切可以用来发出求救信号的物品，如手电筒、哨子、旗帜、鲜艳的衣物等，及时发出求救信号。

四是在洪水汹涌时，切不可下水，这时除水流中的旋涡、暗流等对人的伤害外，上游下来的水中漂浮物有可能将人撞昏，导致溺水身亡。

五是被洪水卷走时，如有可能应抓住木板、树干等漂浮物，尽量不让身体下沉，等待救援。

六是洪水时，要注意保护水源地（水井等），饮水要用漂白粉消毒（有条件的地方可用瓶装水或净水器过滤），并一定要烧开饮用。洪涝期间，应注意不吃变质及受到污染的食品，严防食物中毒及肠道传染病的流行。

七是掌握抢救溺水者的知识。抢救时，首先要把溺水者救上船或陆地，迅速排出呛入体内的水，清除口、鼻腔内的淤泥及假牙等异物，保持呼吸道畅通，必要时行心肺复苏急救术：按压胸部（略偏左）心区，同时口对口地做人工呼吸。有条件的应尽快送医院抢救。

八是洪水水位未完全退去之前，不要到易被淹没地带活动，也不要到淹没地带围观。警惕和防止毒蛇、毒虫咬伤以及倒塌电线杆上电线的电击。

◆ **温馨提示**

洪灾后卫生防病常识

（1）洪水过后，要及时清除室内外淤泥、垃圾、积水，搞好环境卫生，防止蚊蝇滋生；要积极开展消毒、杀虫、灭鼠工作，预防疾病发生和蔓延。

（2）要开门、开窗、通风、换气，保持空气流通，预防呼吸道传染病。

（3）要清理和保护饮用水水源，确保饮用水安全。喝开水，不要喝生水。

（4）漱口以及洗瓜果、蔬菜和餐具、厨具的水要卫生，使用经消毒处理的水。

（5）食物要煮熟、煮透后及时食用，不要生吃；不要食用被洪水浸泡过的食物。

（6）不要食用被洪水淹死的家禽、家畜，要深埋处理，防止污染环境。

（7）不吃来源不明、无明确厂名厂址、过期以及标志不清的食品。

（8）浑浊的水，须经过滤、沉淀后，再消毒处理后使用。

（9）不采集、不食用野蘑菇等野生植物。

（10）救灾疲劳后要注意休息，注意个人卫生；要防中暑、防受凉、防蚊虫叮咬。

（11）不要随地大小便；不要乱扔垃圾。

（12）清理淤泥、积水时，要避免长时间裸脚接触淤泥、污水，防止皮肤病。

（13）生病要及时就医。发现传染病以及不明原因的疾病患者，要及时向当地卫生院、防疫站报告。消毒、除虫、灭鼠方法向当地卫生院、防疫站咨询。

2. 海啸逃生与救护

海啸就是由海底地震、火山爆发、海底滑坡或气象变化产生的破坏性海浪。海啸主要受海底地形、海岸线几何形状及波浪特性的控制，呼啸的海浪每隔数分钟或数十

分钟就重复一次，摧毁堤岸，淹没陆地，夺走生命财产，破坏力极大。

（1）海啸逃生

第一，地震海啸发生的最早信号是地面强烈震动，地震波与海啸的到达有一个时间差，正好有利于人们预防。如果你感觉到较强的震动，不要靠近海边、江河的入海口。如果听到有关附近地震的报告，要做好防海啸的准备，注意电视和广播新闻。要记住，海啸有时会在地震发生几小时后到达离震源上千千米远的地方。

第二，如果发现潮汐突然反常涨落，海平面显著下降或者有巨浪袭来，都应以最快速度撤离岸边。

第三，海啸前海水异常退去时往往会把鱼、虾等许多海洋生物留在浅滩，场面蔚为壮观。此时千万不要前去捡鱼或看热闹，应当迅速离开海岸，向内陆高处转移。

第四，发生海啸时，航行在海上的船只不可以回港或靠岸，应该马上驶向深海区，深海区相对于海岸更为安全。

第五，每个人都应该有一个急救包，里面应该有足够 72 小时用的药物、饮用水和其他必需品。这一点适用于海啸、地震和一切突发灾害。

（2）海啸逃生自救互救

第一，如果在海啸时不幸落水，要尽量抓住木板等漂浮物，同时注意避免与其他硬物碰撞。

第二，在水中不要举手，也不要乱挣扎，尽量减少动作，能浮在水面随波漂流即可。这样既可以避免下沉，又能够减少体能的无谓消耗。

第三，如果海水温度偏低，不要脱衣服。

第四，尽量不要游泳，以防体内热量过快散失。

第五，不要喝海水。海水不仅不能解渴，反而会让人出现幻觉，导致精神失常甚至死亡。

第六，尽可能向其他落水者靠拢，既便于相互帮助和鼓励，又因为目标扩大更容易被救援人员发现。

第七，人在海水中长时间浸泡，热量散失会造成体温下降。溺水者被救上岸后，最好能放在温水里恢复体温，没有条件时也应尽量裹上被、毯、大衣等保温。注意不要采取局部加温或按摩的办法，更不能给落水者饮酒，饮酒只能使热量更快散失。给落水者适当喝一些糖水有好处，可以补充体内的水分和能量。

第八，如果落水者受伤，应采取止血、包扎、固定等急救措施，重伤员则要及时送医院救治。

第九，要记住及时清除落水者鼻腔、口腔和腹内的吸入物。具体方法是：将落水者的肚子放在你的大腿上，从后背按压，将海水等吸入物倒出。如心跳、呼吸停止，则应立即交替进行口对口人工呼吸和心脏按压。

3. 雷电灾害与应对

雷电是发生在大气层中的一种声、光、电的气象现象，主要反映在雷雨云内部及

雷雨云之间，或雷雨云与大地之间的放电现象。它是最严重的自然灾害之一，全球每年因雷击造成伤亡超过 1 万人，雷电所导致的火灾、爆炸等时有发生，严重威胁人们的生命安全和财产安全。

◆ **温馨提示**

易发生雷击的地方

（1）缺少避雷设备或避雷设备不合格的高大建筑物、储罐等。

（2）没有良好接地的金属屋顶。

（3）潮湿或空旷地区的建筑物、树木等。

（4）由于烟气的导电性，烟囱特别易遭雷击。

（5）建筑物上有无线电设施而又没有避雷器和没有良好接地的地方。

（1）遭遇雷电天气时，如果在室内，要做好以下防范措施。一是应关闭电视机、计算机，更不能使用电视机的室外天线。二是雷电时，不要开窗户，不要把头或手伸出户外，更不要用手触摸靠近窗户的金属物，以防受到雷击。三是雷电交加时，勿打手机或有线电话。

（2）外出时遇到雷电天气，要做好以下防范措施。一是在野外遇到雷雨时，不可躲在大树下避雨；切勿站立于山顶、楼顶上。二是在旷野中遇到雷雨时，人应双脚并拢，并尽可能下蹲，但不准躺在地上。不要几个人拥挤成堆，人与人之间要分开一定距离。三是雷雨天气时，在旷野中不可高举雨伞、铁锹、钓竿、球竿等物体；应远离高塔、广告牌、桅杆等孤立的物体；不宜使用手机等通信设备，应关闭电源。四是雷雨天气时，不宜游泳或从事其他水上运动；在户外活动的人应尽快回屋。五是在雷雨天气时，不宜骑摩托车，骑自行车。

（3）如果发现头发竖起或有蚂蚁爬走的感觉时，可能要被雷击，要立即趴在地上，并迅速摘下身上的金属饰品。遭受到雷击的人可能被烧伤或严重休克，但身上并不带电，可以安全地加以处理和抢救，首先将伤员转移至安全的地方，然后拨打 120 电话求救。

4. 危害性大风灾害预防与应对

风力达到足以危害人们的生产活动、经济建设和日常生活的风，称为大风。气象上称 6 级（12 米 / 秒）或以上的风为大风。危害性大风主要是指台风、寒潮大风、雷暴大风、龙卷风。

（1）大风季节，要随时了解 24 小时至 36 小时内当地的天气预报，并做好以下防范措施。一是若发出大风警报，可准备好蜡烛、火柴和手电筒、干净的水和食物、防水胶布和塑料布备用。二是飓风经过的地区，应把整个建筑物的窗户钉住或者完全堵住。向风一面的窗户可用木板等物件加以保护。同时加固门窗、围挡等易被风吹动的搭建物。三是把贵重物品和容易被风吹走的花盆、晒衣竹竿、衣物等物品搬进安全的地方，固定可能被风刮走或刮坏的不能搬进屋内的较大物件。四是狂风大作时常常伴有雷电交

加，此时应尽量拔下电器插头。另外，电视天线引入线最好也要从电视机背后拔下。

（2）遭遇大风时，如果在室外，可以采取以下措施避风暴。一是避开高大建筑物、破旧的危房、危墙和木料砖瓦堆放处。如果在工地附近行走时应尽量远离工地并快速通过。二是避开大型广告牌、霓虹灯箱、高压线、电线杆、路灯。三是如果在野外，洞穴、沟渠、坚固的岩石背后等是最好的避风地方。四是路上遇到大风步行不稳时，可把衣服用带子扎紧，弯腰紧缩身体，慢慢前行。顺风时不要急跑，如眼和鼻中进沙，应立即清除后再走；如在河边行走，应尽快走离靠近水面处，也可原地卧倒，以免被吹到水中。五是骑车遇到强风时，应暂时停车躲避。停车时应远离楼房、广告、枯树处。六是在野外遇龙卷风时，应就近寻找低洼地伏于地面，但要远离大树、电线杆，以免被砸、被压和触电。

5. 冰雪灾害预防与救护

冰雪天气包括大幅度降温、暴风雪、寒流等低温冰雪天气，主要危害是封锁道路、积雪覆盖草场、冻伤冻死人畜、摧毁水电暖气设施等。给人们的生活造成极大的威胁。

（1）做好冰雪灾害的预防工作。一是随时收听天气预报，提前做好准备工作。储备足够的食品、饮用水、燃料和打火机及手电、蜡烛等，以防冰雪破坏供电、供水、煤气管道。二是防寒不好的房屋应及时加固门窗避寒。三是得知冰雪天气警报后，心血管和肺部疾病患者应做好防寒保暖准备，不要出门，并通过电话与外界保持联系。四是冰雪天气最好不要骑车，以防滑倒跌伤。

（2）野外遭遇冰雪灾害的自救。一是如果在野外行走，在遭遇暴风雪时，首先要选择干燥背风、向阳的地方藏身，接着用灯光、声音和通信工具紧急求救。藏身时绝不能睡着，以防冻伤。二是在严寒中，头、手指、手腕、膝盖、脚踝等部位应该充分保暖。应该将毛衣、背心和开襟羊毛衫塞进裤腰里保护腰部。三是在冰冷刺骨的地带要多运动，只要环境允许就要不停地动。雪地水源丰富，不过要烧开才能饮用，否则会引起腹泻。四是在野外随身携带的食品和饮用水用完后，可积极寻觅食物。对寻找的无毒食物和饮用水必须煮熟后食用。

（3）发生冻伤可采取以下急救方法。第一，对局部冻伤的急救要领是一点一点地、慢慢地用与体温一样的温水浸泡患部使之升温。如果仅仅是手冻伤，可以把手放在自己的腋下升温。然后用干净纱布包裹患部，并去医院治疗。第二，全身冻伤，体温降到20摄氏度以下就很危险。此时一定不要让伤员睡觉，强打精神并振作活动是很重要的。第三，当全身冻伤者出现脉搏、呼吸变慢，就要保证呼吸道通畅，并进行人工呼吸和心脏按压。要渐渐使身体恢复温度，然后速去医院。

6. 高温防暑的预防与救护

当日最高气温达到35摄氏度以上，就是高温天气。高温天气会给人体健康、交通、用水、用电等方面带来严重影响。

（1）做好高温防暑日常防护。一是注意收听高温预报，饮食宜清淡；多喝凉开水、

冷盐水、白菊花水、绿豆汤等防暑饮品。二是室内要注意保持早晚通风，早晚可在室内适当洒水降温。如在户外工作，可早出晚归，中午多休息。三是准备一些常用的防暑降温药品，如清凉油、人丹等。四是夏季炎热，衣着要宽大舒适，以通风透气性好、吸湿性强的棉织物为宜。外出时的衣服尽量选用棉、麻、丝类的织物，少穿化纤品类服装。五是合理安排作息时间。最佳就寝时间是22时左右，最佳起床时间是6时左右。睡眠时注意不要躺在空调的出风口和电风扇下，以免患上“空调病”和热伤风。空调温度应控制在与室外温差5~10摄氏度，室内外温差太大，反而容易中暑、感冒。六是白天尽量减少户外活动时间，12时至14时最好不要外出。

（2）高温天气外出防暑。一是高温时间外出时，应备好太阳镜、遮阳帽、清凉饮料等防暑用品。长时间外出还要准备好清凉油、藿香正气水等防暑药物。二是乘车长途旅行时要适当站起来活动。改善臀部、背部的透气性，不要长时间靠、坐睡觉，否则局部汗液排泄不畅及被汗液长时间浸渍易生痱子。三是晒伤皮肤出现肿胀、疼痛时，可用冷水毛巾敷在患处，直至痛感消失。出现水疱，不要去挑破，应请医生处理。四是衣衫被汗液浸湿后要及时更换。皮肤上的汗液要及时擦干，还应注意皮肤清洁，勤用温水洗脸、洗澡。五是出汗后，应用温水冲洗，洗净擦干后，在局部易出痱子的地方适当扑些痱子粉，以保持皮肤干燥。

（3）发生中暑的救护。

第一，一旦发现他人中暑，应尽快将人移到阴凉通风处，衣服用冷水浸湿，裹住身体，并保持潮湿。或者不停地给他扇风散热并用冷毛巾擦拭患者身体，直到体温下降到38摄氏度以下。用冷水毛巾敷于头部，给喝冷盐开水，太阳穴涂清凉油。

第二，如果中暑者意识还比较清醒，应让其身体保持坐姿休息，头与肩部给予支撑。如果中暑者已失去意识，应让其平躺着。给患者及时补充水分，通常服用口服补液盐就足够了，并且越凉越好。多次少量地喝，不要大口喝，以免导致呕吐，如果病情严重，需送往医院救治。

第三，对于重症中暑者，应尽快先进行物理降温，如在额头上、两腋下和腹股沟等处放置冰袋，以防止脑水肿，同时用冷水、冰水或者75%酒精（白酒也可）擦拭全身。如果病情严重应及时就近送往医院。

◆ 温馨提示

预防中暑小贴士

高温天气防暑显得非常必要。现代保健与预防知识提供了不少科学防暑的方法，以下介绍几种最简单且易操作的防暑方法。

（1）科学补水法。讲究水量、水质和水品类。水量，一次的饮水量（体重40~60千克）为100~200毫升，相隔10~20分钟后方可再次补水。水质和水品类首选是煮沸过的营养温水，其次为鲜榨的蔬果汁、温豆浆或淡盐水。营养水的配制：将适量纯净葡萄糖粉配入适温的红茶水或酸梅水、菊花水中即可随时备饮（每200毫升水量放1~2勺葡萄糖粉）。

（2）呼吸保健法。在出现眩晕、欲呕、胸闷、大量虚汗等中暑前兆时，切莫惊慌，应暂时减缓运动频率和强度（但不可马上停下、坐下或躺下），然后做呼吸减压保健操缓解，同时进行科学补水。呼吸减压保健操做法：先以较舒服的姿势站定，然后做深呼吸，闭口吸气，张口呼气，注意速度由慢渐快，不可过急。

（3）小憩放松法。出现中暑情况时，不可惊慌，应立即将中暑者（头高脚低 30 摄氏度）抬往阴凉空旷处躺下，保持胸以上位置稍高，然后用温水调和白醋或百花油为中暑者按以下顺序（画圆圈手势）擦拭：太阳穴位→额头→耳垂窝处→眉心位→人中穴位→后颈椎处→手掌心至指尖→臂弯窝处→背部二肋肌由里至外→背脊由上至下→最后反复擦拭额头及太阳穴位即可。

（4）高温天气下运动前后 50 分钟内禁食碳酸类饮料尤其是冷冻过的，冰冻食物，油炸煎烤类食物，过分油腻的食物；忌食生冷食物、腌制品。

（5）高温天气下运动前后 50 分钟内禁忌：马上洗澡或用冷水冲头，长时间泡浴，暴饮暴食，一次性超量补水，马上躺下睡觉。

7. 大雾及雾霾的预防与应对

（1）大雾天气的预防与应对。在近低层空气中悬浮大量小水滴或冰晶微粒，使人的视线模糊不清，当事人的水平能见度下降到 1000 米以下时，就称雾。大雾是指由于近地层空气中悬浮的无数小水滴或小冰晶造成水平能见度不足 500 米的一种天气现象。

◆ **温馨提示**

大雾预警信号及防御指南

大雾预警信号是气象部门通过气象监测在大雾到来之前做出的预警信号，提示百姓预防大雾带来的影响，提示交通部门尽量减少大雾带来的交通事故。大雾预警信号分三级，分别以黄色、橙色、红色表示，大雾红色预警信号是大雾预警信号中的最高级别。

（1）黄色预警信号。12 小时内可能出现能见度小于 500 米的雾，或者已经出现能见度小于 500 米、大于等于 200 米的雾并将持续。

防御指南：有关部门和单位按照职责做好防雾准备工作；机场、高速公路、轮渡码头等单位加强交通管理，保障安全；驾驶人员注意雾的变化，小心驾驶；户外活动注意安全。

（2）橙色预警信号。6 小时内可能出现能见度小于 200 米的雾，或者已经出现能见度小于 200 米、大于等于 50 米的雾并将持续。

防御指南：有关部门和单位按照职责做好防雾工作；机场、高速公路、轮渡码头等单位加强调度指挥；驾驶人员必须严格控制车、船的行进速度；减少户外活动。

（3）红色预警信号。2 小时内可能出现能见度小于 50 米的雾，或者已经出现能见度小于 50 米的雾并将持续。

防御指南：有关部门和单位按照职责做好防雾应急工作；有关单位按照行业规定适时采取交通安全管制措施，如机场暂停飞机起降，高速公路暂时封闭，轮渡暂时停航等；驾驶人员根据雾天行驶规定，采取雾天预防措施，根据环境条件采取合理行驶方式，并尽快寻找安全停放区域停靠；不要进行户外活动。

防雾措施主要有：一是尽量不要外出，必须外出时，要戴上口罩，防止吸入有毒气体。二是尽量少在雾中活动，不要在雾中锻炼身体。三是行人穿越马路要当心，应看清来往车辆。四是驾驶车辆和汽车要减速慢行，听从交警指挥，乘车（船）不要争先恐后，遇渡轮停航时，不要拥挤在渡口处。

（2）雾霾天气的预防与应对。雾霾常见于城市。中国不少地区将雾并入霾一起作为灾害性天气现象进行预警预报，统称为“雾霾天气”。雾霾是特定气候条件与人类活动相互作用的结果。

雾霾天气应做好以下防护措施。

第一，减少外出。尽量减少出门时间和出门次数。这样可以减少吸入的雾霾颗粒。而且在出门时，最好戴上口罩，起到阻挡灰尘过滤空气的作用。

第二，避免雾天晨练。晨练时人体需要的氧气量增加，随着呼吸的加深，雾中的有害物质会被吸入呼吸道，从而危害健康。

第三，雾霾天气少开窗。专家表示在灰霾天气，尽量不要开窗。确实需要开窗透气的话，应尽量避开早晚雾霾高峰时段，可以将窗户打开一条缝通风，时间每次以半小时至一小时为宜。

第四，多喝水。多喝水可以保持人体的湿度，尤其是呼吸系统的湿度，这样可以对吸入体内的细小颗粒物起到吸附作用。也可以快速将体内的废物排出体外。

第五，保持个人卫生。要经常漱口刷牙，洗脸洗澡，清理鼻腔。这样能够清除身体携带的大量细菌和微生物。

第六，注意饮食。雾霾天气应多吃含蛋白质、维生素 A、维生素 C 和胡萝卜素多的食物。如鸡蛋、肉类、菠菜、黄瓜等。可以提高免疫力，增强抵抗力。

第七，保持心情舒畅。人的情绪易受天气影响，雾霾天低沉压抑，所以人们最好通过听音乐、看电影等来保持心情舒畅。

第八，出行注意安全。雾霾天气，会使能见度降低，开车的人要注意，尽量低速行驶，路况不明要鸣笛。行人过马路要再三注意，避免交通事故的发生。

参考文献

[1] 宋志伟，宫毅 . 学生安全教育读本 [M]. 北京：高等教育出版社，2012.

[2] 宋志伟，燕国瑞 . 大学生安全教育 [M]. 北京：清华大学出版社，2012.

[3] 北京市突发公共事件应急委员会办公室 . 首都市民防灾应急手册 [M]. 北京：北京出版社，2006.

[4] 李俊生，多俊岗 . 大学生安全教育 [M]. 重庆：重庆大学出版社，2016.

[5] 原彦飞 . 大学生安全教育 [M]. 2 版 . 北京：国防工业出版社，2016.

[6] 刘志彧，李文阁，鲁显玉 . 大学生安全教育教程 [M]. 北京：高等教育出版社，2016.

[7] 徐峰，叶玉清，田伟 . 大学生安全教育读本 [M]. 沈阳：东北大学出版社，2010.

[8] 呼东燕 . 大学生安全教育 [M]. 北京：清华大学出版社，2017.

[9] 郭鹏，陈新达 . 大学生安全教育 [M]. 北京：清华大学出版社，2016.

[10] 赵升文 . 大学生安全教育 [M]. 北京：中国人民大学出版社，2010.

[11] 洪波 . 大学生安全知识教育手册 [M]. 北京：经济科学出版社，2010.

[12] 上海市新城教育事务所 . 生命安全的自我保护 [M]. 上海：上海科学技术文献出版社，2005.

[13] 贵州省教育厅 . 校园警钟 [M]. 北京：电子工业出版社，2010.

[14] 石海燕 . 大学生安全教育 [M]. 西安：陕西师范大学出版社，2010.

[15] 椰永华，田文涛 . 大学生安全教育读本 [M]. 北京：北京理工大学出版社，2010.

[16] 曹帅召 . 大学生安全教育 [M]. 北京：经济科学出版社，2010.

[17] 陈贤忠，汪青松 . 新编大学生安全教育读本 [M]. 北京：北京师范大学出版社，2010.

[18] 池根成 . 遭遇危险与逃生 [M]. 北京：金盾出版社，2004.

[19] 尼克・卡麦隆 . SAS 个人安全手册 [M]. 李小七，译 . 天津：天津教育出版社，2006.

[20] 约翰・怀斯曼 . 生存手册 [M]. 李斌，倪明，译 . 北京：华文出版社，1999.

[21] 雷・米尔斯 . 野外生存基本技能 [M]. 未名千语，译 . 重庆：重庆出版社，2006.